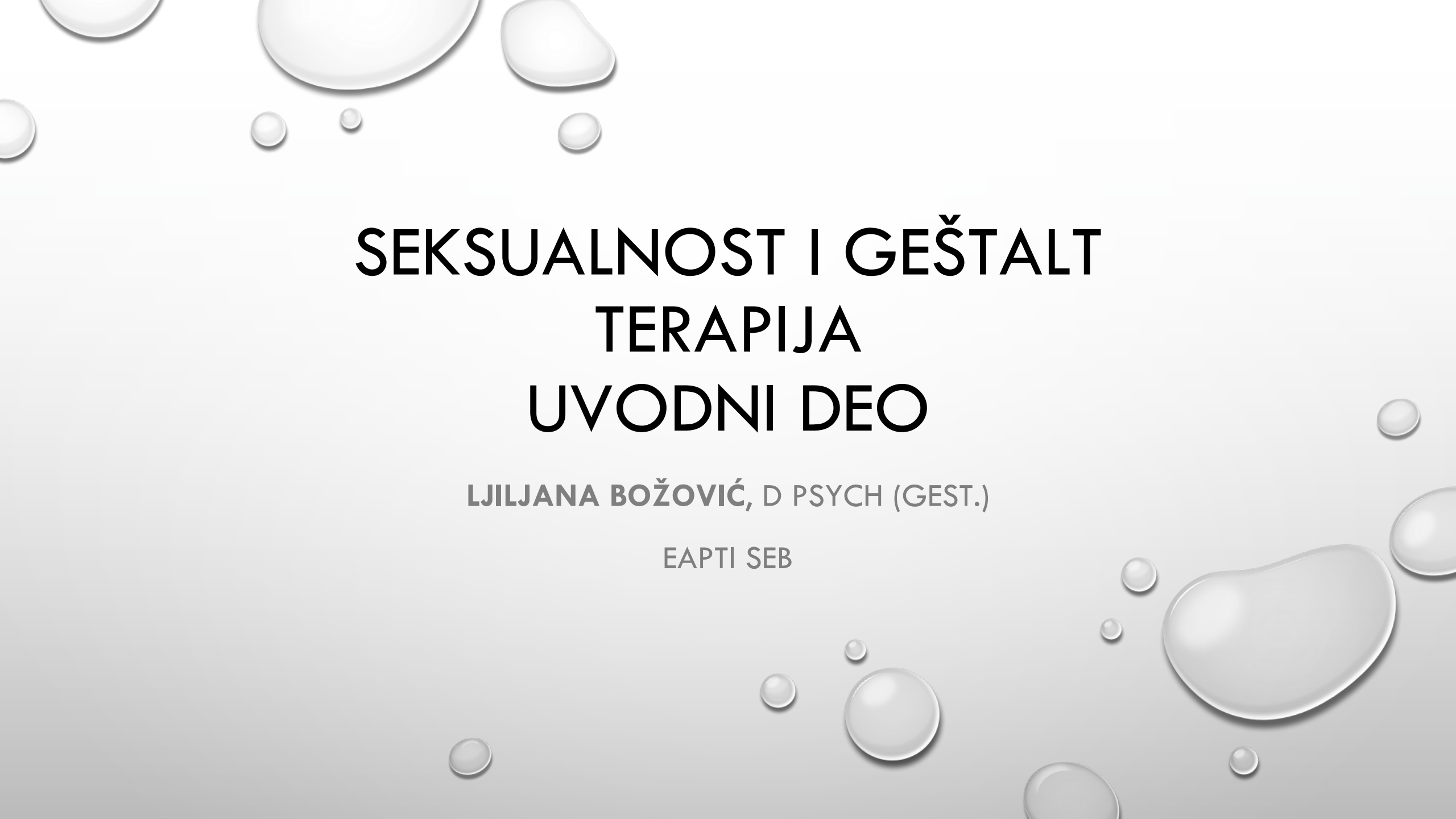


The background of the slide is a light gray gradient. It is decorated with numerous realistic water droplets of various sizes. Some droplets are at the top left, some are scattered in the middle, and a larger cluster of droplets is on the right side, with one particularly large, prominent droplet near the bottom right corner. The droplets have highlights and shadows, giving them a three-dimensional appearance.

SEKSUALNOST I GEŠTALT TERAPIJA UVODNI DEO

LJILJANA BOŽOVIĆ, D PSYCH (GEST.)

EAPTI SEB

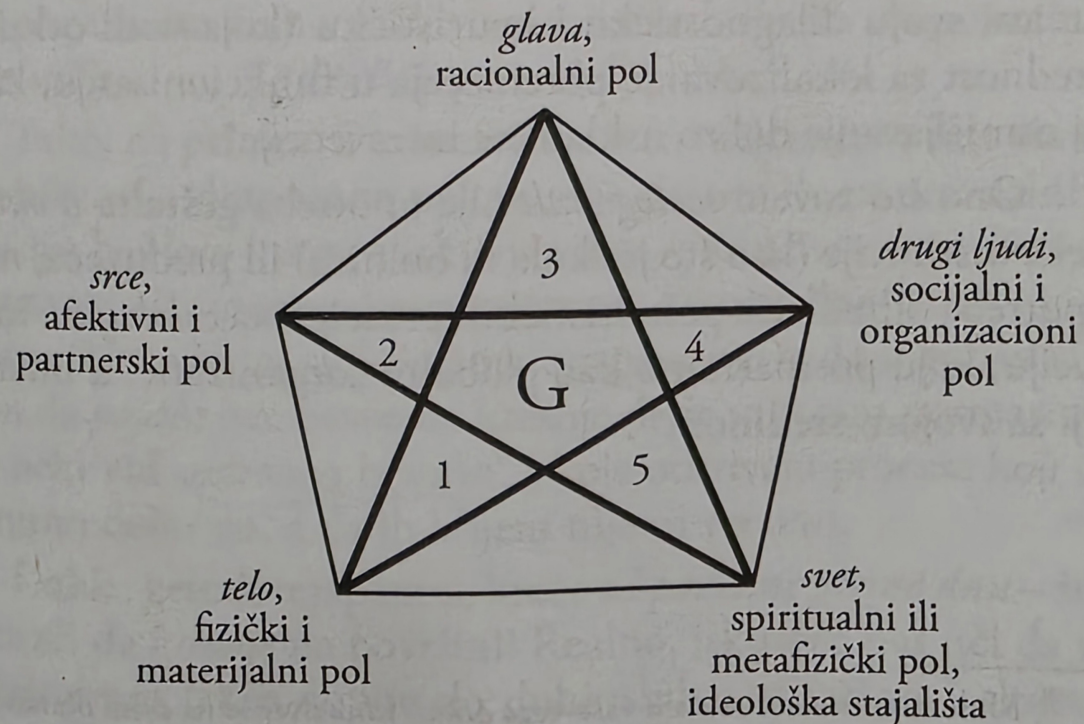


UVODNA RAZMATRANJA

- DEFINICIJE SEKSUALNOG ZDRAVLJA
 - NEKE TEORIJE SEKSUALNOSTI
 - ISTORIJA SEKSUALNOSTI
 - KONCEPT SEKSUALNE INTELIGENCIJE
 - MITOVI O SEKSUALNOSTI
 - RAZMATRANJE FENOMENA SEKSUALNOSTI U GEŠTALT TERAPIJI
- 

SERŽ ŽINŽER (SERGE GINGER, 1928-2011) – PET GLAVNIH DIMENZIJA LJUDSKE AKTIVNOSTI

ŽINŽEROV PENTAGRAM



- SEKSUALNOST JE NEODVOJIVI ASPEKT LJUDSKE EGZISTENCIJE, A HOLISTIČKI PRISTUP SVE ASPEKTE SMATRA JEDNAKO VAŽNIM
- **TELESNA** (TELO, ČULNOST, MOTORIKA, FIZIČKA SEKSUALNOST) I **SPIRITUALNA** DIMENZIJA (ČOVEKOVO MESTO I SMISAO POSTOJANJA U KOSMOSU I GLOBALNOM EKOSISTEMU) IMAJU STATUS OSNOVE LJUDSKOG POSTOJANJA, PREDSTAVLJENE SU KAO “KORENJE”, BAZA U KOJOJ JE NEOPHODNA RAVNOTEŽA IZMEĐU FIZIČKOG I METAFIZIČKOG, TJ. MATERIJE I DUHA (ŽINŽER, 2014).

ODREĐENJE SEKSUALNOSTI

- NE POSTOJI JEDINSTVENA DEFINICIJA SEKSUALNOSTI
- UVEK JE PRILAGOĐAVANA ISTORIJSKOM PERIODU, PERCEPCIJI I VLADAJUĆEM MORALU SVAKOG PERIODA
- SUBJEKTIVNI FENOMEN

DEFINICIJA SVETSKJE ZDRAVSTVENE ORGANIZACIJE

- **SVETSKA ZDRAVSTVENA ORGANIZACIJA (2006) DEFINIŠE SEKSUALNOST KAO CENTRALNI DEO LJUDSKOG BIĆA, TOKOM CELOG ŽIVOTA**
- ONA UKLJUČUJE ROD, RODNE IDENTITETE I ULOGE, SEKSUALNU ORIJENTACIJU, EROTIKU, ZADOVOLJSTVO, INTIMNOST I REPRODUKCIJU. SEKSUALNOST SE DOŽIVLJAVA I IZRAŽAVA U MISLIMA, FANTAZIJAMA, ŽELJAMA, VEROVANJIMA, STAVOVIMA, VREDNOSTIMA, PRAKSAMA, ULOGAMA I ODNOSIMA.



WORLD **SEXUAL HEALTH** DAY
— SEPTEMBER 04 —

DEFINICIJE SZO – SEKSUALNO ZDRAVLJE

- **PREMA SVETSKOJ ZDRAVSTVENOJ ORGANIZACIJI (SZO, 2006), SEKSUALNO ZDRAVLJE JE STANJE FIZIČKOG, EMOCIONALNOG, DUHOVNOG I DRUŠTVENOG BLAGOSTANJA POVEZANOG SA SEKSUALNOŠĆU**
- **TO NIJE SAMO ODSUSTVO BOLESTI, DISFUNKCIJE ILI INVALIDITETA. SEKSUALNO ZDRAVLJE PODRAZUMEVA POZITIVAN PRISTUP SEKSUALNOSTI I SEKSUALNOM KONTAKTU, KAO I SPOSOBNOST DA SE DOŽIVE PRIJATNA I BEZBEDNA SEKSUALNA ISKUSTVA, SLOBODNA OD PRISILE, DISKRIMINACIJE I NASILJA**

PSIHOLOŠKE DEFINICIJE

- **HUMANISTIČKA PSIHOLOGIJA** (MASLOV, 1982)
- SEKSUALNOST SE IMPLICITNO RAZUME KAO DEO FIZIOLOŠKIH POTREBA ALI I KAO IZRAZ LJUBAVI, PRIPADANJA I SAMOAKTUALIZACIJE
- POVEZANA JE SA INTIMNOŠĆU, AUTENTIČNOŠĆU I VRHUNSKIM ISKUSTVIMA
- **GEŠTALT TERAPIJA** (PHG, 1951)
- SEKSUALNOST JE OBLIK KONTAKTA I IZRAZ ŽIVOTNE ENERGIJE, INTEGRISHE TELO, EMOCIJE, SVESNOST I ODNOS SA DRUGIM
- FOKUS JE NA „OVDE I SADA“, TELESNOJ SVESNOSTI, AUTENTIČNOM KONTAKTU, ODGOVORNOSTI I IZBORU

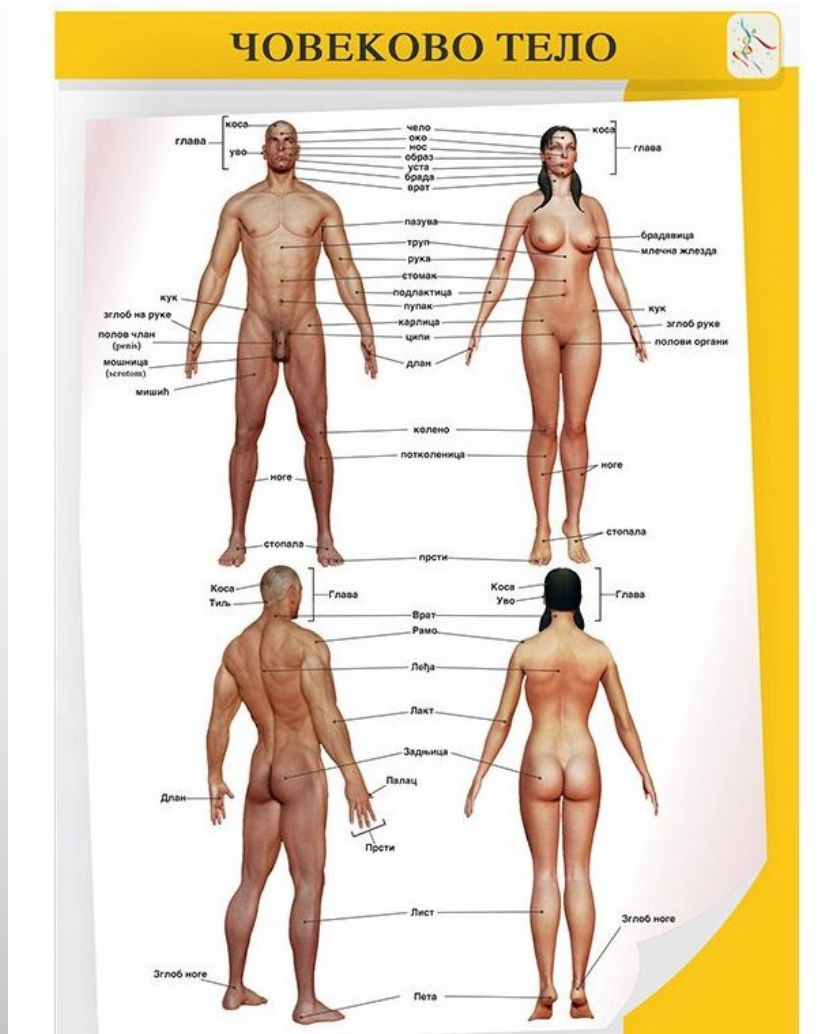
- **SOCIJALNO-PSIHOLOŠKO ODREĐENJE**
(SIMON & GAGNON, 1986)

- SEKSUALNOST SE OBLIKUJE KROZ SOCIJALNE NORME, ULOGE, RODNE OBRASCE I INTERPERSONALNE ODNOS
- FOKUS JE NA SOCIJALIZACIJI, KULTURNOM KONTEKSTU I MOĆI I IDENTITETU

- **INTEGRATIVNA GEŠTALT PERSPEKTIVA**
(POLSTER&POLSTER, 1973)

- SEKSUALNOST JE SLOŽEN BIOPSIHOSOCIJALNI FENOMEN KOJI OBUHVATA TELESNE, EMOCIONALNE, KOGNITIVNE I RELACIJSKE ASPEKTE LJUDSKOG ISKUSTVA
 - IZRAŽAVA SE KROZ ŽELJE, FANTAZIJE, PONAŠANJA I ODNOS U SPECIFIČNOM KULTURNOM I ISTORIJSKOM KONTEKSTU
- 

SEKSUALNOST JE PRISUTNA OD TRENUTKA NAŠEG ROĐENJA I
TOKOM CELOG ŽIVOTA, TO JE NAŠE UPOZNAVANJE I KONTAKT SA
TELOM, ŽELJAMA, NAŠIM ČEŽNJAMA I POTREBAMA



The background of the slide is a light gray gradient. It is decorated with several realistic water droplets of various sizes, some in the top-left corner, some in the top-right, and a cluster in the bottom-right. The main title is centered in the middle of the slide.

TEORIJE SEKSUALNOSTI

MASLOV, RAJH, BIOLOŠKA...

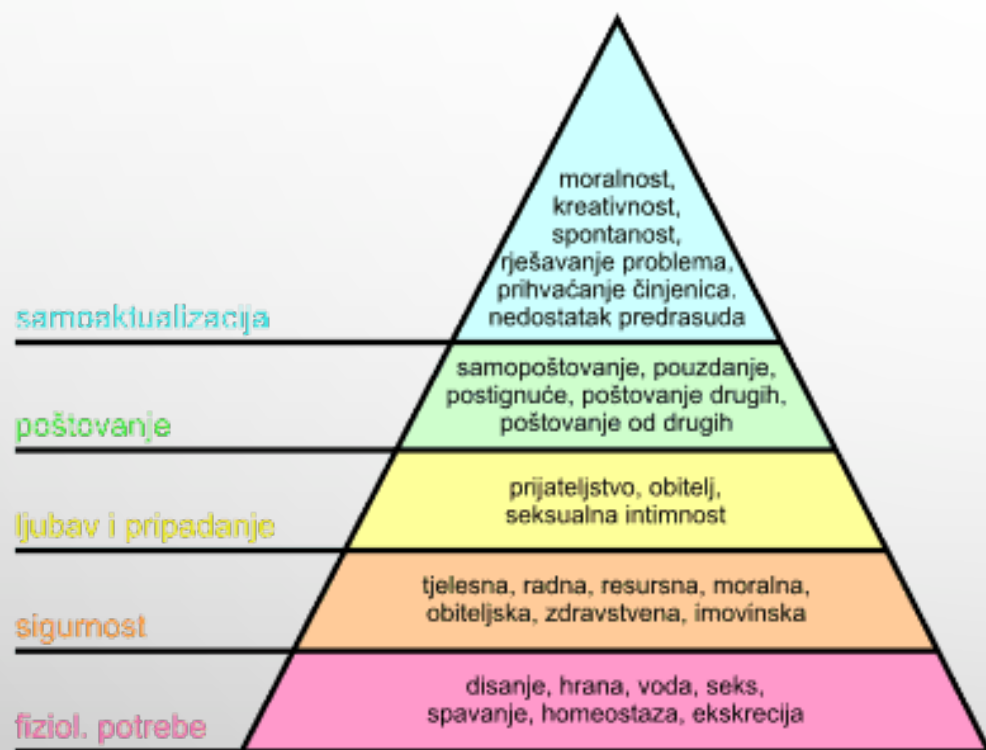
BIOLOŠKE OSNOVE SEKSUALNOSTI

- MOZAK JE GLAVNI REGULATOR SEKSUALNOG PONAŠANJA, A POSEBNO U OBLASTI HIPOTALAMUSA
- HORMONI KOJE OSLOBAĐA HIPOTALAMUS STIMULIŠU PREDNJI REŽANJ HIPOFIZE, KOJA ZATIM OSLOBAĐA HORMONE KOJI UTIČU NA GENITALIJE, JAJNIKE I TESTISE
- OVI HORMONI UTIČU NA HIPOTALAMUS I POKREĆU SEKSUALNO PONAŠANJE (DOMINGUEZ & HULL, 2005)

 The picture can't be displayed.

-

ABRAHAM MASLOV (MASLOV, 1982)– HIJERARHIJA POTREBA



- PRIMARNA POTREBA
- OSOBA KOJA NIJE USPELA DA ZADOVOLJI SVOJE OSNOVNE POTREBE NE MOŽE PREĆI NA SLEDEĆE POTREBE KOJE SU VIŠE NA PIRAMIDI
- OSOBA KOJA NIJE ZADOVOLJILA SVOJU SEKSUALNU POTREBU NE MOŽE OSETITI LJUBAV JER SEKSUALNA DEPRIVACIJA OMETA NJENU SPOSOBNOST DA RAZVIJE VIŠE PSIHOLOŠKE POTREBE, KOJE SU VAŽNE ZA STVARANJE ZDRAVIH ODNOSA, KAO ŠTO SU LJUBAV I PRIPADANJE

VILHELM RAJH (WILHELM REICH, 1897-1957) – FUNKCIJA ORGAZMA

- U REICHOVOM TEORIJSKOM OKVIRU LIBIDO NIJE SAMO SEKSUALNA NAGONSKA ENERGIJA, VEĆ **FUNDAMENTALNA BIOLOŠKA ENERGIJA KOJA OBUHVATA I EMOCIONALNO, I FIZIOLOŠKO OSLOBAĐANJE**
- POSEBNO JE NAGLASIO ULOGU **ORGAZMA KAO BIOLOŠKOG I PSIHIČKOG PROCESA KLJUČNOG ZA MENTALNO ZDRAVLJE**, KOJI ODRŽAVA RAVNOTEŽU U ENERGIJI LJUDSKOG TELA
- ORGAZAM U SUŠTINI RADI JE DA ODRŽAVA RAVNOTEŽU U ENERGIJI LJUDSKOG TELA I POMAŽE U OSLOBAĐANJU VIŠKA BIOLOŠKE ENERGIJE U TELU
- LIBIDO JE ENERGIJA KOJA SE MOŽE KVANTITATIVNO MERITI
- SEKSUALNO ZADOVOLJSTVO UBLAŽAVA NEUROTOIČNE SIMPTOME
- U SLUČAJU DA OVA FUNKCIJA OSLOBAĐANJA NAĐE NA PREPREKE I BUDE POREMEĆENA, ONDA SE KONCENTRISANJE ENERGIJE NASTAVLJA BEZ OPUŠTANJA I DOVOLJNOG OSLOBAĐANJA IZ TELA, ČIME SE PODSTIČE NEUROTOIČNO PONAŠANJE (RAJH, 1990)

ORGONSKI AKUMULATOR



The picture can't be displayed.



ISTORIJA SEKSUALNOSTI

- TOKOM ISTORIJSKOG RAZVOJA ZAPADNE CIVILIZACIJE STAVOVI PREMA SEKSUALNOM PONAŠANJU, POSTUPCIMA I OBIČAJIMA, BILI SU U STALNIM PROMENAMA I RAZLIKOVALI SU SE OD EPOHE DO EPOHE
 - SEKSUALNO PONAŠANJE KOJE JE OTVORENO ZAGOVARANO U JEDNOM VREMENU, U DRUGOM JE OŠTRO OSUĐIVANO.
- 

MIŠEL FUKO (1926-1984) – *ISTORIJA SEKSUALNOSTI* (*HISTOIRE DE LA SEXUALITÉ*)

- ANALIZIRA KAKO SE U ZAPADNIM DRUŠTVIMA **SEKSUALNOST PROIZVODI, REGULIŠE I POVEZUJE S MOĆI I ZNANJEM**, A NE SAMO KAKO SE „POTISKUJE“.

- **OSNOVNA IDEJA**
- FUKO OSPORAVA TZV. **REPRESIVNU HIPOTEZU** (DA JE MODERNO DRUŠTVO JEDNOSTAVNO POTISKIVALO SEKSUALNOST). UMESTO TOGA TVRDI DA SE OD 17. VEKA SEKSUALNOST **INTENZIVNO PROIZVODI KROZ DISKURSE**: MEDICINSKE, PRAVNE, PEDAGOŠKE I PSIHIJATRIJSKE NARATIVE KOJI JE IMENUJU, KLASIFIKUJU I NORMIRAJU (FUKO, 2018)

OVO DELO JE VAŽNO JER MENJA SHVATANJE SEKSUALNOSTI – PO NJEMU, ONA NIJE PRIRODNA DATOST, VEĆ ISTORIJSKI OBLIKOVANA

- FUKO NE PORIČE BIOLOGIJU JER
- LJUDI IMAJU TELA
- IMAJU FIZIOLOŠKE NAGONE I UŽITKE
- IMAJU POLNE ORGANE
- SEKSUALNI ČIN I TELESNI OSEĆAJI POSTOJE
- ONO ŠTO NIJE PRIRODNO DATO JE:
- KAKO IH IMENUJEMO
- KAKO IH RAZUMEMO
- KAKO IM DAJEMO ZNAČENJE
- KAKO OD NJIH PRAVIMO IDENTITET

FUKOOVE OSNOVNE IDEJE

- **SEKSUALNOST NIJE SAMO NAGON, VEĆ DRUŠTVENA PRAKSA**
- **SEKSUALNOST KAO DEO RITUALA, SIMBOLIKE I KULTURE** (*DREVNA DRUŠTVA, RITUALI, SIMBOLI PLODNOSTI IMALI SU SEKSUALNA ZNAČENJA KOJA NISU BILA PRIVATNA NEGO KOLEKTIVNA I CEREMONIJALNA*)
- **SEKSUALNOST JE POVEZANA SA MOĆI** (*SVAKO DRUŠTVO PROIZVODI VLASTITU SEKSUALNOST, ONA UVEK IMA DRUŠTVENE IMPLIKACIJE, NIKADA NIJE SAMO PRIVATNA AKTIVNOST*) (FUKO, 2018)

RAZLIKA IZMEĐU SEKSUALNOG PONAŠANJA I SEKSUALNOSTI

- **SEKSUALNA PONAŠANJA** – KONKRETNI ČINOVI
 - ODNOS
 - DODIR
 - UŽITAK
- **SEKSUALNOST** – *SISTEM ZNAČENJA KOJI TIM ČINOVIMA DAJE SMISAO*
 - SKUP DISKURSA (MEDICINA, RELIGIJA, PSIHOLOGIJA, PRAVO),
 - NORMI (ŠTA JE NORMALNO / NENORMALNO),
 - IDENTITETA (HETEROSEKSUALAC, HOMOSEKSUALAC, PERVERZAN ITD.).

TO JE **ISTORIJSKI KONSTRUKT.**

VEZA U LJUDSKOJ SVESTI IZMEĐU SEKSUALNOSTI, PLODNOSTI I VEROVANJA U
NATPRIRODNO OBILATO JE DOKUMENTOVANA U RELIGIJAMA I MITOLOGIJAMA *STAROG
BLISKOG ISTOKA*

STARI EGIPAT

- MNOGI OD RELIGIOZNIH RITUALA U STAROM EGIPTU BILI SU SMIŠLJENI DA OSIGURAJU BOŽANSKI BLAGOSLOV
- SEKSUALNI SIMBOLIZAM JE BIO ZNAČAJAN DEO OVIH CEREMONIJALA
- POVORKE SA FALUSOM, SIMBOLOM PLODNOSTI, BILE SU ZNAČAJAN ELEMENT NA SVEČANOSTIMA POSVEĆENIM BOGU OZIRISU, VRHOVNOM EGIPATSKOM BOGU

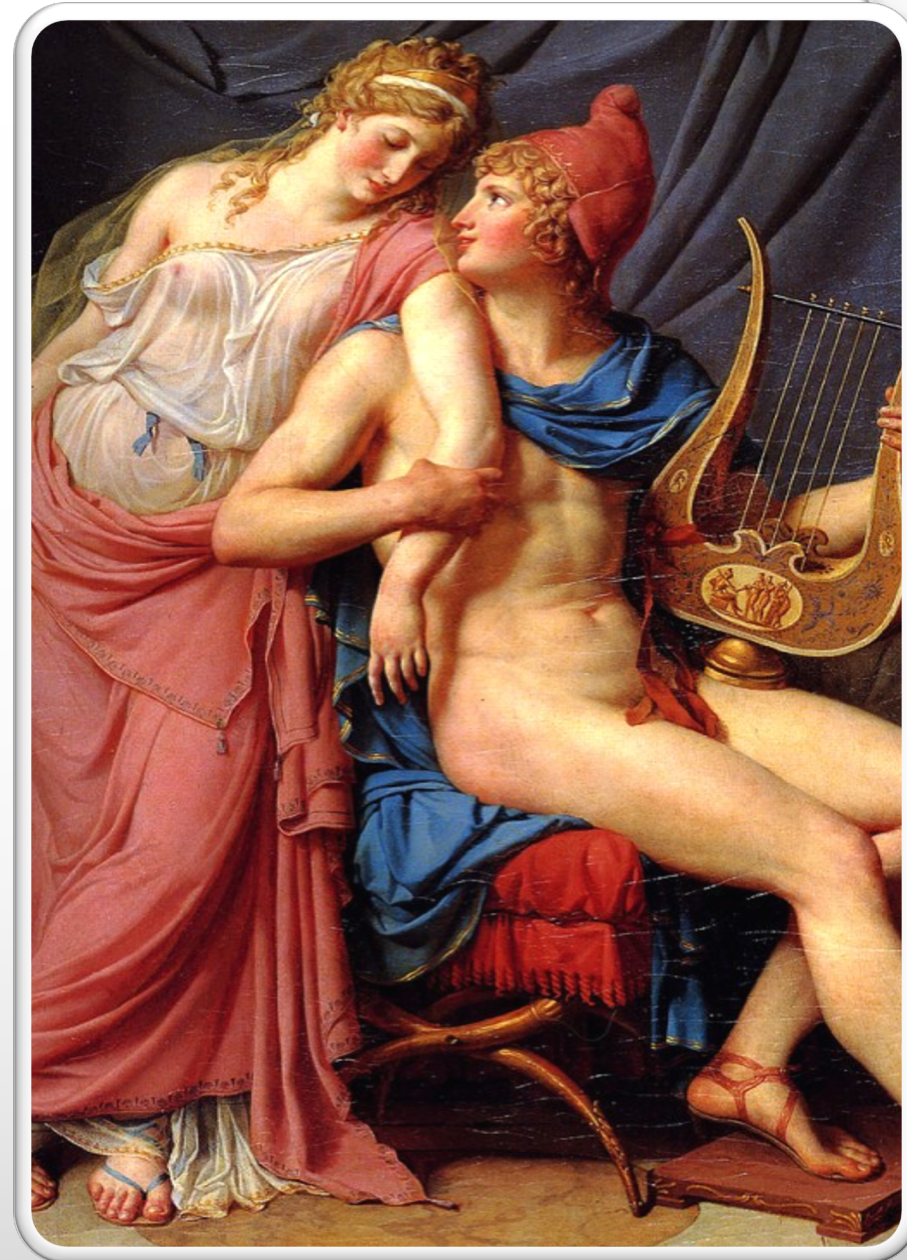


SHVATANJE SEKSUALNOSTI KOD ANTIČKIH GRKA

SEKSUALNOST TAD NIJE BILA SHVAĆENA KAO
IDENTITET ILI PRIVATNA ISTINA O OSOBI, VEĆ KAO
DEO **ETIČKE PRAKSE I NAČINA ŽIVOTA**

UŽICI SU BILI PRIHVATLJIVI AKO SU BILI U SKLADU SA
RAZUMOM, DRUŠTVENOM ULOGOM I
RAVNOTEŽOM

TAKO JE SEKSUALNOST SLUŽILA OBLIKOVANJU
KARAKTERA, SA FOKUSOM NA SAMOKONTROLI,
UMERENOSTI, A NE ISPOVEDANJU UNUTRAŠNJIH
ŽELJA (FUKO, 1988)



STARI RIM

- NAGLASAK SE POMERA SA DRUŠTVENIH ODNOSA I STATUSA NA UNUTRAŠNJI ŽIVOT POJEDINCA
- SEKSUALNOST POSTAJE DEO ŠIRE PRAKSE BRIGE O SEBI, UKLJUČUJE DISCIPLINU, SAMOPOSMATRANJE, UMERENOST I KONTROLU ŽELJA (FUKO)
- OVO JE PRELAZ KA KASNIJEM HRIŠĆANSKOM SHVATANJU SEKSUALNOSTI
- GALEN, RIMSKI LEKAR, PRVI JE OBJASNIO VEZU IZMEĐU SEKSUALNOG FUNKCIONISANJA I PSIHIČKIH BOLESTI



SREDNJI VEK, „MRAČNO DOBA“

- KARAKTERIŠE RAZVOJ HRIŠĆANSTVA
- CRKVA JE ZAGOVARALA CELIBAT, DEVIČANSTVO I OGRANIČAVANJE SEKSUALNIH AKTIVNOSTI SAMO NA ONE KOJI SU U BRAKU I TO U SVRHU REPRODUKCIJE, A NIKAKO ZADOVOLJSTVA
- SMRTNE KAZNE, INKVIZICIJA



RENESANSA, REFORMACIJA, PROSVETITELJSTVO (XVI, XVII, XVIII VEK)

- SMANJENJE OGRANIČENJA SEKSUALNOG IZRAŽAVANJA U SVAKODNEVNOM ŽIVOTU I UMETNOSTI
- ODEVANJE JE PRESTALO DA BUDE SKROMNO
- ŽENSKO TELO SE LAGANO OTKRIVALO, GARDEROBA JE POSTAJALA SVE DOPADLJIVIA



NA SEKSUALNOST UTIČE INTERAKCIJA BIOLOŠKIH, PSIHOLOŠKIH, DRUŠTVENIH, EKONOMSKIH, POLITIČKIH, KULTURNIH, PRAVNIH, ISTORIJSKIH, VERSKIH I DUHOVNIH FAKTORA.

- ISTORIJSKI PREGLED KONCEPTA SEKSUALNOSTI OTKRIVA DA JE **XVII VEK** OZNAČIO VAŽNU PREKRETNICU U ISTORIJI SEKSUALNOSTI, KAKO ZABRANOM, TAKO I NAMETANJEM TIŠINE OKO SVEGA ŠTO JE IMALO VEZE SA SEKSOM, A SEKSUALNOST JE PRIZNATA SAMO U VEZI SA PAROVIMA ČIJI JE PRIMARNI CILJ BIO REPRODUKCIJA.

• **XVIII VEK**

- ZABRANA POMINJANJA SEKSA U SVAKODNEVNOM GOVORU
- KONTROLA SEKSUALNOSTI I UPRAVLJANJE NJOME
- HRIŠĆANSKI DISKURS – POZIV NA POKAJANJE, ZAJEDNO SA MEDICINSKOM PROFESIJOM, DRŽAVOM, PRAVOSUDNIM SISTEMOM I POLICIJOM
- OSUDA DEČIJE I ADOLESCENTSKE MASTURBACIJE OD STRANE OBRAZOVNIH INSTITUCIJA

XIX VEK, VIKTORIJANSTVO

- SHVATANJE BRAKA JE POČELO DA SE ZASNIVA NA ZAJEDNICI RAVNOPRAVNIH PARTNERA U UZAJAMNOJ LJUBAVI
- CENTRALNI IDEAL NEGIRANJE I POTISKIVANJE SEKSUALNIH NAGONA
- PRIRODNA SEKSUALNOST BILA JE UGLAVNOM NEDOSTIŽNA ZA VEĆINU ŽENA, ONE SU „ČISTE“ I UZDIGNUTE DO OBOŽAVANJA
- PRISTOJNE UDATE ŽENE SMATRANE SU, KAO I DECA, LIŠENIM SEKSUALNIH OSEĆANJA



XIX VEK JE OBELEŽIO POČETAK SEKSUALNE HETERONORMATIVNOSTI. SEKS JE UŠAO U SVET PSIHIJATRIJE.

- USPOSTAVLJEN JE VEOMA STROG STANDARD ZA TO ŠTA SEKSUALNI RAZVOJ PODRAZUMEVA I DEFINISANE SU SVE MOGUĆE DEVIJACIJE.
- HETEROSEKSUALNOST JE JEDINA SEKSUALNA ORIJENTACIJA ILI NORMA
- STROGI MODEL SEKSUALNOG RAZVOJA IZNEO JE NA POVRŠINU DRUGI POL SEKSUALNOSTI, ONAJ EKSTREMNIH MANIFESTACIJA SEKSUALNOG IZRAŽAVANJA.
- TOKOM OVOG VEKA POJAVILE SU SE ETIKETE KAO ŠTO **SU „MORALNO LUDILO“, „GENITALNA NEUROZA“, „DEVIJACIJA SEKSUALNOG INSTINKTA“, „DEGENERACIJA“ I „MENTALNA NERAVNOTEŽA“**
- OVO JE BILA ERA KOJA JE, U SVOM POKUŠAJU DA IZGRADI ZIDOVE I STROGE BARIJERE PROTIV SEKSUALNOSTI, NENAMERNO IZAZVALA PROCVAT I PATOLOGIJU SEKSUALNOG INSTINKTA.

HRIŠĆANSKI DISKURS O SEKSUALNOSTI

- SEKSUALNOST SE SVE VIŠE POVEZUJE SA **MORALOM, GREHOM I KRIVICOM**, A NE SA ETIKOM UMERENOSTI I BRIGOM O SEBI
- PREMA FUKOU, HRIŠĆANSTVO UVODI SNAŽNU PRAKSU **ISPOVEDANJA**, KROZ KOJU POJEDINAC MORA DA GOVORI O SVOJIM MISLIMA, ŽELJAMA I SEKSUALNIM PORIVIMA
- SEKSUALNI ČIN SE DOZVOLJAVA PRVENSTVENO U OKVIRU BRAKA I U SVRHU REPRODUKCIJE, DOK SE SEKSUALNA ŽELJA ČESTO POSMATRA KAO NEŠTO ŠTO TREBA KONTROLISATI ILI POTISKIVATI. POSEBAN NAGLASAK STAVLJA SE NA **ČISTOTU, UZDRŽANOST I SAMODISCIPLINU**.
- FUKO ZAKLJUČUJE DA HRIŠĆANSKI DISKURS NE UTIŠAVA GOVOR O SEKSUALNOSTI, VEĆ GA DODATNO **UMNOŽAVA**, JER ZAHTEVA STALNO PREISPITIVANJE I VERBALIZACIJU SEKSUALNIH MISLI
- SEKSUALNOST POSTAJE KLJUČNA TAČKA KROZ KOJU SE OBLIKUJE IDENTITET I MORALNA VRIJEDNOST POJEDINCA (FUKO, 2018).

XX VEK – OGRANIČAVA ISKLJUČIVO BIOLOŠKO ODREĐENJE LJUDSKE SEKSUALNOSTI

- **SIGMUND FROJD** – PRKOSI VIKTORIJANSKIM NAČELIMA
- IZGRAĐUJE SVEOBUHVAATNU TEORIJU O SEKSUALNOSTI I NJENOM UDELU U PSIHIČKOM ŽIVOTU LJUDI
- FUNDAMENT JE SVIH KASNIJE NASTALIH TERAPIJSKIH POGLEDA NA SEKSUALNOST.
- **VILHELM RAJH**
- PRVI AUTOR KOJI JE TVRDIO DA SEKSUALNOST PREDSTAVLJA SREDIŠTE OKO KOGA SE OKREĆE CELOKUPAN UNUTRAŠNJI ŽIVOT ČOVEKA
- SEKSUALNOST I REPRODUKCIJA NISU ISTE POJAVE

U XX VEKU DOŠLO JE DO ZNAČAJNIH PROMENA U POGLEDU SEKSUALNOSTI - STROGE SEKSUALNE ZABRANE SU POČELE DA SE POPUŠTAJU

- TOLERANCIJA PREMA PREDBRAČNIM ILI VANBRAČNIM VEZAMA
- KARAKTERIZACIJA „PERVERZIJE“ KOJA JE PEOVLADAVALA U PRETHODNIM VEKOVIMA POČELA JE DA OPADA, A TABUI KOJI SU OPTEREĆIVALI SEKSUALNOST DECE SU UGLAVNOM UKLONJENI (FUKO, 1988).
- LJUDSKO SEKSUALNO PONAŠANJE SLOŽEN FENOMEN. ONO UKLJUČUJE MNOGO RAZLIČITIH FAKTORA, BIOLOŠKE, PSIHOLOŠKE, DRUŠTVENO-POLITIČKE, KOJI ČINE NJEGOVO RAZUMEVANJE POSEBNO TEŠKIM I SLOŽENIM.
- OD KRAJA PROŠLOG VEKA POJAVILE SU SE STUDIJE VEZANE ZA SEKSUALNOST, IZ KOJIH, ČINI SE, POSTOJI JAKA POTREBA ZA RAZUMEVANJEM I INFORMACIJAMA O TEMI LJUDSKE SEKSUALNOSTI
- DO DANAS JE OBJAVLJEN NIZ TEORIJA, RADOVA, STUDIJE NA TEMU SEKSUALNOSTI RAZVILI SU STRUČNJACI IZ RAZLIČITIH PRISTUPA, NUDEĆI NEOPHODNO ZNANJE U OVOJ OBLASTI.

„SEKSUALNA REVOLUCIJA“

- SA POJAVOM MODERNE I POST-MODERNE, POSEBNO 60-IH
- USMERAVANJE FOKUSA NA TELO
- TELO SE OSLOBAĐA KROZ JEDNU EROTSKU KOMPONENTU, BRIGA O FIZIČKOM ASPEKTU, ESTETSKI ILI KROZ OSLOBAĐANJA TELESNOSTI. (PECOTIĆ, 2017)
- DESTIGMATIZACIJA SEKSUALNOSTI (*VIDI SE KAO IZVOR ZADOVOLJSTVA, DEO LIČNOG IDENTITETA, LEGITIMNO POLJE IZBORA*)



SEKSUALNA REVOLUCIJA 1960-IH GODINA IMALA JE **DUBOKE I DUGOROČNE POSLEDICE** NA DRUŠTVO, KULTURU, PORODICU I LIČNI IDENTITET

- **POZITIVNE POSLEDICE**

- VEĆA LIČNA SLOBODA
- EMANCIPACIJA ŽENA
- PROMENA PORODIČNIH ODNOSA
- VIDLJIVOST SEKSUALNIH MANJINA
- RAZVOJ SEKSUALNOG OBRAZOVANJA

- **NEGATIVNE I SPORNE POSLEDICE**

- KOMERCIJALIZACIJA I OBJEKTIVIZACIJA SEKSA
- NESTABILNOST PORODIČNIH STRUKTURA
- PSIHOLOŠKE POSLEDICE
- ZDRAVSTVENI RIZICI
- SUKOB GENERACIJA I VREDNOSTI



SEKSUALNA INTELIGENCIJA

PROJEKAT SEKSUALNE INTELIGENCIJE (SEXUAL INTELLIGENCE PROJECT), DR SHEREE CONRAD &
DR MICHAEL MILBURN (2004)



NEKI OD REZULTATA

- 75% ISPITANIKA – IZJAVILO DA IM JE SEKS VRLO ILI VIŠE NEGO UMERENO VAŽAN ALI
- ISPOD 25% ISPITANIKA TVRDI DA IMA ZADOVOLJAVAJUĆI SEKSUALNI ŽIVOT
- GOTOVO POLOVINA ISPITANIKA – STIDE SE NEKIH SVOJIH ŽELJA I POSTUPAKA
- ISPITANICI U VISOKOM PROCENTU PATE OD SEKSUALNIH POREMEĆAJA
- 42% - NEDOSTATAK SEKSUALNE ŽELJE
- 1/3 – SEKS IM JE PONEKAD NEUGODAN
- 57% NIJE SPOSOBNO DA DOŽIVI ORGAZA
- 1/2 ŽENA OD 18-29 GOD – BOLAN SEKSUALNI ODNOS
- 33% MUŠKARACA OD 18-29 G IMA TEŠKOĆE U POSTIZANJU ILI ODRŽAVANJU EREKCIJE, 53% PATI OD PRERANE EJAKULACIJE

BITI SEKSUALNO INTELIGENTAN ZNAČI POZNAVATI SAMOG SEBE – RAZOTKRITI SVOJE SEKSUALNE ŽELJE I RAZVITI EMOCIONALNE I DRUŠTVENE VEŠTINE POTREBNE DA SVOJE PRAVO JA PODELIMO SA PARTNEROM ŠTO VIŠE POVEĆAMO MOGUĆNOSTI ZA SREĆAN SEKSUALNI ŽIVOT

- SEKSUALNA REVOLUCIJA 60-IH KAO DA SE NIKADA NIJE DOGODILA
- LJUDI SU DANAS JEDNAKO NESREĆNI ZBOG SVOJIH SEKSUALNIH ŽIVOTA I NESPREMNI DA RAZGOVARAJU O SVOJIM PROBLEMIMA
- STVARNA SLOBODA I OTVORENOST SU NEPOSTOJEĆE, KAO I RANIJE – SPOLJNA UGLAĐENOST, A STVARNA OPSEDNUTOST SEKSOM U MEDIJIMA I POPULARNOJ KULTURI
- POLOVINA ISPITANIKA IZJAVILA JE DA ŽIVI SEKSUALNO NEZADOVOLJAVAJUĆIM ŽIVOTOM (AMERIKA)
- LJUDI ŽELE DA RAZGOVARAJU O SVOJIM SEKSUALNIM ISKUSTVIMA, SAMO NE ZNAJU KAKO ILI NEMAJU S KIM
- SEKSUALNA INTELIGENCIJA TIČE SE VEŠTINA KOJE LJUDI MOGU DA USVOJE, RAZVIJU I S VREMENOM NJIMA OVLADAJU



TRI KLJUČNA ELEMENTA SEKSUALNE INTELIGENCIJE

1. SEKSUALNO ZNANJE
 2. SVEST O SKRIVENOM SEKSUALNOM JA
 3. SPOSOBNOST POVEZIVANJA S DRUGIM LJUDIMA
- 

SEKSUALNO ZNANJE, PRE SVEGA, ZAHTEVA RAZVIJANJE VEŠTINE UOČAVANJA I PREISPITIVANJA MITOVA O SEKSUALNOSTI, OTVARANJE PREMA KORISNIM INFORMACIJAMA I ODBACIVANJE POGREŠNIH, NEISPITANIH PRETPOSTAVKI

- **SVEST O SKRIVENOM SEKSUALNOM JA**
- UPOZNAVANJE SA LIČNOM SEKSUALNOŠĆU – ŠTA NAS UZBUĐUJE, ŠTA NAM PRAVI POTEŠKOĆE, ŠTA NAS PRIVLAČI I ŠTA NAM SE SVIĐA
- SEKSUALNO INTELIGENTNI LJUDI POZNAJU SVOJ OBRAZAC ŽELJA, POTREBA, SKLONOSTI, STRAHOVA, PA I PROBLEME KOJI UPRAVLJAJU NJIHOVIM SEKSUALNIM PONAŠANJEM
- **POVEZIVANJE S DRUGIMA**
- VEĆINA LJUDI RANO NAUČI U SVOJIM PORODICAMA DA SE O SEKSU NE RAZGOVARA
- SEKSUALNA INTELIGENCIJA OBUHVATA I UČENJE O TOME KAKO BITI ISKREN PREMA SEBI I SVOM PARTNERU PO PITANJU SEKSUALNOSTI
- RAZGOVOR JE KLJUČAN ZA DONOŠENJE PAMETNIH ODLUKA O SEKSUALNOSTI KOJE SU ZA NAS ISPRAVNE I KOJE DRUGI MOGU DA POŠTUJU.



MITOVI O SEKSUALNOSTI

- **VEĆINA ONOG ŠTO LJUDI NAUČE O SEKSU TEMELJI SE NA POGREŠNIM INFORMACIJAMA, NEPROVERENIM PRETPOSTAVKAMA, ČAK I NA PRAZNOVERJU**
 - **VAŽNO JE DA IDENTIFIKUJEMO MITOVE KOJI SU TEMELJNO UGRAĐENI U NAŠU KULTURU (CONRAD&MILBURN, 2004)**
- 

U TREĆOJ DECENIJI XXI VEKA MITOVI O SEKSUALNOSTI NISU NESTALI SAMO SE SE PRERUŠILI U „MODERNE ISTINE“, INFLUENSERSKE SAVETE I POLU-NAUČNE TVRDNJE

- TRENUTNA SEKSUALNA PRIVLAČNOST JE ZNAK DA JE OSOBA PREMA KOJOJ JE OSEĆAMO ONA PRAVA
- POZITIVAN MINDSET POMAŽE DA SEKS UVEK BUDE ODLIČAN
- AKO NEMAŠ STALNU ŽELJU ZA SEKSOM, NEŠTO NIJE U REDU SA TOBOM
- MUŠKARCI UVEK ŽELE SEKS, ŽENE ŽELE EMOCIJE
- DUHOVNE I TANTRA PRAKSE AUTOMATSKI POBOLJŠAVAJU SEKS
- SEKSUALNI VRHUNAC JE SAMO U MLADOSTI
- AKO MORAŠ DA PRIČAŠ O SEKSU – ZNAČI DA NIJE DOBAR...

KAKO SE OVI MITOVI FORMIRAJU?

ONI SE NE RAĐAJU U NAMA, VEĆ SE UČE, PONAVLJAJU I NORMALIZUJU KROZ VIŠE SLOJEVA DRUŠTVA

- **PORODICA I VASPITANJE KROZ INTROJEKTE:**
„MUŠKARCI NE PLAČU!“, „MUŠKARCI SAMO HOĆE SEKS“, „BUDI JAK!“, „BUDI FINA“, „NE BUDI LAKA“, „ČUVAJ SE“
- **MEDIJI I POP-KULTURA:** FILMOVI, SERIJE, REKLAME – MIT POSTAJE „NORMALAN“, A REALNOST KAO DA NIJE U REDU
- **PORNOGRAFIJA** (SKRIVENI EDUKATOR) – FORMIRA SE SCENARIO UMESTO ISKUSTVA, STVARNI LJUDI NE MOGU DA MU PARIRAJU
- **PSEUDONAUKA I POPULARNA PSIHOLOGIJA** – DELIMIČNE ISTINE SE PRETVARAJU U APSOLUTNE, IGNORIŠU SE INDIVIDUALNE RAZLIKE
- **DRUŠTVENE MREŽE I ALGORITMOVI** – BRZO ŠIRENJE MITOVA, BEZ ODGOVORNOSTI
- **ĆUTANJE I IZOSTANAK RAZGOVORA** – MIT OPSTAJE JER NIKO NE PROVERAVA REALNOST NAGLAS

SEKSUALNOST I GEŠTALT TERAPIJA

- SEKSUALNOST JE VAŽAN DEO LJUDSKOG ŽIVOTA I LIČNOSTI
- OBUHVATA FIZIČKI ASPEKT, EMOCIJE, MISLI, ODNOS S DRUGIMA I SLIKU O SEBI I ZBOG TOGA SE ČESTO RAZMATRA I U PSIHOTERAPIJI
- U GEŠTALT TERAPIJI, KAO I SVE OSTALE POJAVE I SEKSUALNOST SAGLEDAVAMO FENOMENOLOŠKI

 The picture can't be displayed.

KLJUČNI ELEMENTI GEŠTALISTIČKOG POGLEDA NA SEKSUALNOST

- **HOLISTIČKI POGLED NA SEKSUALNOST KAO DEO CELOVITOG ORGANIZMA**

- SEKSUALNOST NIJE SAMO NAGON ILI PONAŠANJE, VEĆ JE PRIRODNI IMPULS ORGANIZMA DA SE SAMOREGULIŠE I OSTVARI KONTAKT
- ONA NIJE SAMO FIZIČKI ČIN, VEĆ I – NAČIN USPOSTAVLJANJA KONTAKTA, EMOCIONALNO ISKUSTVO, IZRAZ VITALNOSTI I ŽIVOTNE ENERGIJE, DEO IDENTITETA I SAMOPOIMANJA, KREATIVNI IZRAZ.

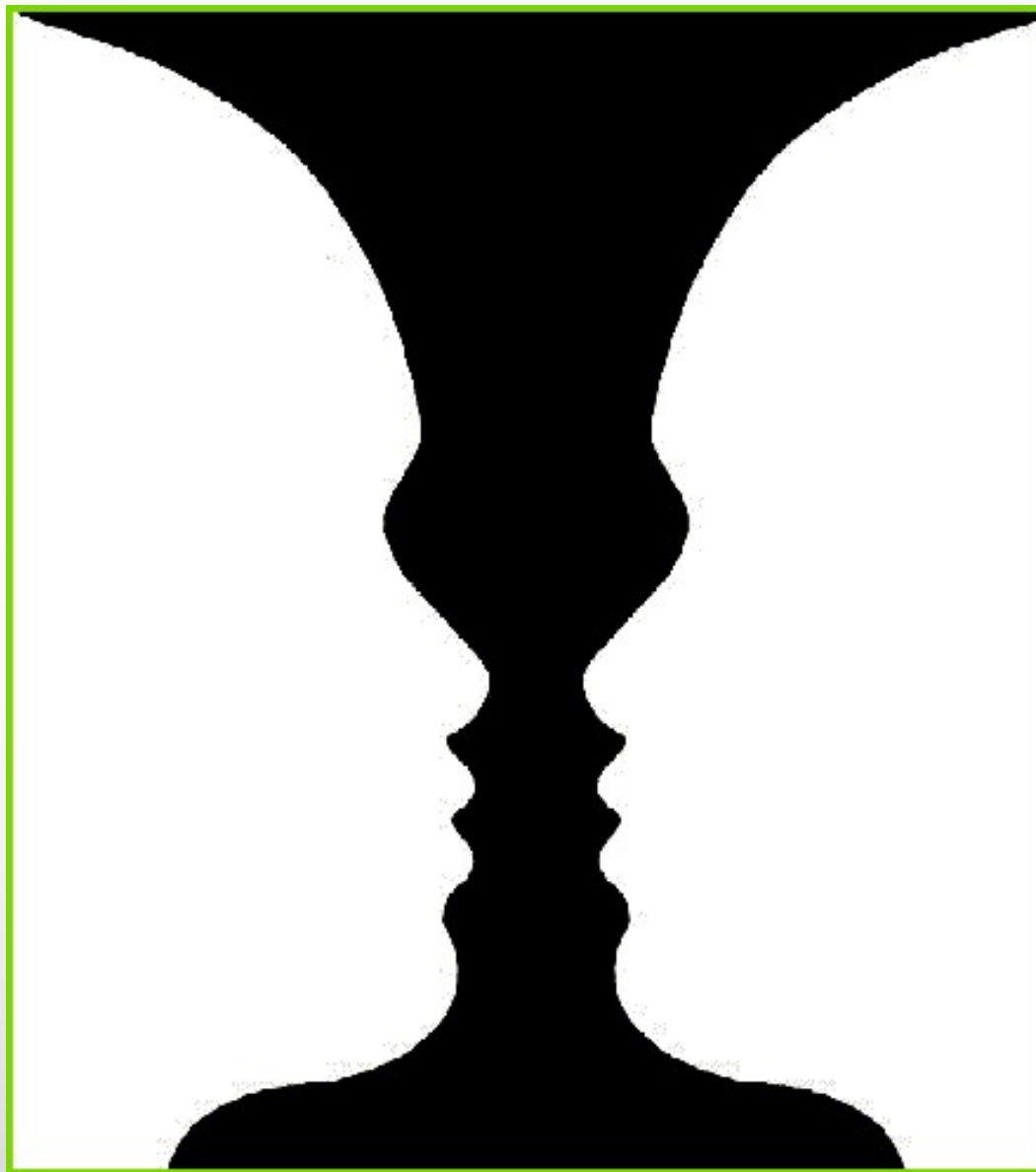
- **SVESNOST U „OVDE I SADA“**

- SVESNOST TELESNIH SENZACIJA, (NAPETOSTI, DISANJA)
- EMOCIJA (UZBUĐENJE, STRAH, NAPETOST, STID, KRIVICA)
- SVESNOST MISLI, FANTAZIJA, OČEKIVANJA
- MNOGI SEKSUALNI PROBLEMI NASTAJU KADA OSOBA NIJE U KONTAKTU SA SOPSTVENIM TELOM ILI POTISKUJE TELESNE IMPULSE

KONTAKT I GRANICE

SEKSUALNOST JE INTENZIVNA VRSTA
KONTAKTA, A ZDRAV SEKSUALNI KONTAKT
PODRAZUMEVA:

- JASNE GRANICE (GDE SAM JA, A GDE SU DRUGI)
- SPOSOBNOST PRIBLIŽAVANJA I POVLAČENJA
- SLOBODU DA SE KAŽE **DA** I **NE**



- **TELO KAO „TEMELJ ISKUSTVA“ I KLJUČNI IZVOR INFORMACIJA** (PERLS, HEFFERLINE, GOODMAN, 1951)
- SEKSUALNOST SE ISTRAŽUJE KROZ: *DISANJE, NAPETOST I OPUŠTANJE, DRŽANJE, POKRET, ENERGIJU*
- SEKSUALNI PROBLEMI ČESTO SU POVEZANI SA: HRONIČNOM TELESNOM NAPETOŠĆU, POTISNUTIM EMOCIJAMA, RANIJIM ISKUSTVIMA (TRAUMA, STID, ZABRANE)

- **ODGOVORNOST I IZBOR**
- VAŽNOST LIČNE ODGOVORNOSTI, NE KAO KRIVICE, VEĆ KAO IZBORA UKLJUČUJE
- PREPOZNAVANJE OSOBE ŠTA ZAISTA ŽELI
- PREUZIMANJE ODGOVORNOSTI ZA SVOJE ŽELJE I GRANICE
- RAZLIKOVANJE AUTENTIČNE POTREBE OD PRILAGOĐAVANJA DRUGIMA
- ODNOS PREMA SVOJIM ŽELJAMA I IZBORIMA JE CENTRALNA TAČKA GEŠTALT TERAPIJE

SEKSUALNE POTEŠKOĆE ČESTO NISU SEKSUALNE, NEGO RELACIJSKE I EGZISTENCIJALNE

- **INTROJEKTI, STID, KRIVICA** (PERLS, HEFFERLINE, GOODMAN, 1951;)
- MNOGE SEKSUALNE POTEŠKOĆE PROIZLAZE IZ: PORODIČNIH I KULTURNIH ZABRANA, PORUKA RELIGIJSKIH ILI DRUŠTVENIH AUTORITETA, INTERNALIZOVANOG STIDA, „TIRANIJE TREBA“
- SEKSUALNOST JE JEDNO OD PODRUČJA GDE SU INTROJEKTI NAJJAČI, JER JE POVEZANA SA STIDOM, KONTROLOM I MORALOM
- *NAGLASAK NA AUTENTIČNOSTI I ODGOVORNOSTI – PERLS*
- *NA KONCEPTU KREATIVNE ADAPTACIJE – GOODMAN*
- *RAZUMEVANJA INTIMNOSTI KAO DIJALOŠKOG PROCESA – POLSTER*
- IZ PERSPEKTIVE GT CILJ RADA SA SEKSUALNOŠĆU NIJE POSTIZANJE „SAVRŠENE“ ILI PERFORMATIVNE SEKSUALNOSTI VEĆ RAZVOJ SVESNE, ŽIVE I AUTENTIČNE SEKSUALNOSTI U SKLADU SA OSOBOM KAKVA JESTE.

CILJ GEŠTALT TERAPIJE NIJE DAVANJE SAVETA ILI NORMI O „ISPRAVNOJ“ SEKSUALNOSTI, VEĆ



- RAD NA USPOSTAVLJANJU SVESNOSTI OSEĆAJA, TELESNIH SENZACIJA I MISLI U VEZI SA SEKSUALNOŠĆU
- OBEZBEĐIVANJE MOGUĆNOSTI DA OSOBA UČI DA PREPOZNA ŠTA JOJ JE VAŽNO, GDE SE BLOKIRA I NA KOJI NAČIN MOŽE DA OSTVARI ZDRAVIJI KONTAKT SA SOBOM I PARTNEROM
- RAZVIJANJE AUTENTIČNOSTI, PRIHVATANJA SEBE I ODGOVORNOG IZBORA
- NA TAJ NAČIN, SEKSUALNOST MOŽE POSTATI IZVOR ZADOVOLJSTVA, BLISKOSTI I LIČNOG RASTA

HVALA NA PAŽNJI!

Literatura:

Conrad, Sh. & Milburn, M. (2004). *Seksualna inteligencija* (R. Rojc – Belčec, prev.). V. B. Z.

Dominguez, J. M. & Hull, E. M. (2005). *Dopamine, the medial preoptic area, and male sexual behavior*. *Physiology & Behavior*, 86(3), 356–368.

Foucault, M. (2018). *Volja za znanjem: Istorija seksualnosti I* (J. Stakić, prev.). Karpos.

Foucault, M. (1988). *Istorija seksualnosti 2 – Korišćenje ljubavnih uživanja* (A. Jovanović-Kralj, prev.). Prosveta.

Maslow, A.H. (1982). *Motivacija i ličnost* (L. Miočinović, prev.). Nolit.

Pecotić, L. (2017). Interno predavanje u EAPTI SEB.

Perls, F.S., Hefferline, R.F., & Goodman, P. (1951). *Gestalt therapy: Excitement and growth in the human personality*. Julian Press.

Polster, E., & Polster, M. (1973). *Gestalt therapy integrated: Contours of theory and practice*. Vintage Books.

Rajh, V. (1990). *Funkcija orgazma* (V. Mrđen, prev.), A-Š Delo.

Simon, W., & Gagnon, J.H. (1986). Sexual scripts: Permanence and change. *Psychological Review*, 93(4), 231 – 245.

World Health Organization (2006). *Defining sexual health: Report of a technical consultation on sexual health, 28 – 31 January 2002, Geneva*.

Žinžer, S. (2014). *Geštalt terapija: Umetnost kontakta* (S. Tutnjević, prev.). Psihopolis Institut.



SEMINAR: SEKSUALNOST I PSIHOTERAPIJA IZ GT PERSPEKTIVE

ANICA DUDVARSKI, JANUAR 2026.



RAZVOJ SEKSUALNOSTI KOD DECE OBJAŠNJAVA SE KROZ NEKOLIKO KLJUČNIH TEORIJSKIH PRISTUPA KOJI PRATE FIZIČKE, EMOCIONALNE I SOCIJALNE PROMENE OD ROĐENJA DO ODRASLOG DOBA.

NAJPOZNATIJA JE FROJDOVA TEORIJA PSIHOSEKSUALNOG RAZVOJA, ZATIM ERIKSONOVA TEORIJA PSIHOSOCIJALNOG RAZVOJA, KOJA DAJE OSVRT I NA RAZVOJ SEKSUALNOSTI.

FROJDOVA TEORIJA PSIHOSEKSUALNOG RAZVOJA

FROJD JE IMAO STANOVISŤE DA SE SEKSUALNI NAGON RAZVIJA KROZ SPECIFIČNE FAZE FOKUSIRANE NA RAZLIČITE DELOVE TELA (EROGENE ZONE). SAM POČETAK – KOJI ON NAZIVA PREGENITALNA ORGANIZACIJA JE FORMA INFANTILNE SEKSUALNOSTI I SASTOJI SE OD SAMOSTALNOG I ANARHIČNOG DELOVANJA PARCIJALNIH SEKSUALNIH IMPULSA KOJI TEŽE ORGANSKOM ZADOOLJSTVU. STVARAJU SE LABAVE PREGENITALNE ORGANIZACIJE LIBIDA U KOJIMA SE SEKSUALNA ENERGIJA USMERAVA PRVO NA ORALNU, A ONDA NA ANALNU ZONU.

TA PRVA PREGENITALNA ORGANIZACIJA LIBIDA/FAZA/STADIJUM – ORALNA (U TOKU 1. GODINE ŽIVOTA DETETA) POVEZANA JE SA UZIMANJEM HRANE – ZADOVOLJSTVO SE POSTIŽE DRAŽENJEM ZONE USTA (SISANJE). PRVI PARCIJALNI OBJEKT U KOJI SE INVESTIRA JE MAJČINA DOJKA. PORED TOGA ŠTO ZADOVOLJAVA NAGON GLADI, DOJENJE UMIRUJE NAPETOST DETETU I PRUŽA MU ISKUSTVO EROTSKOG ZADOVOLJSTVA.

KARL ABRAHAM, NEMAČKI PSIHOANALITIČAR, DELI OVAJ STADIJUM NA DVE FAZE: ORALNO-INKORPORATIVNU (POVEZANU SA GUTANJEM) I ORALNO-AGRESIVNU (OD 6. MESECA PA NADALJE – KADA DETE DOBIJE ZUBE).

OD ISHODA DOBIJENIH ILI USKRAĆENIH ZADOVOLJSTAVA U OVOM STADIJUMU ZAVISI KASNIJI RAZVOJ TIPIČNIH CRTA ORALNOG KARAKTERA – INTENZIVNO ZADOVOLJSTVO DOŽIVLJENO U OVOJ FAZI ZA POSLEDICU IMA OPTIMIZAM, SAMOPOUZDANJE, VELIKODUŠNOST..., DOK FRUSTRACIJE U OVOM STADIJUMU ZA POSLEDICU IMAJU NESIGURNOST, NEPOVERENJE, PESIMIZAM...

DRUGA PREGENITALNA ORGANIZACIJA LIBIDA/FAZA/STADIJUM – ANALNA (POČINJE U 2. GODINI ŽIVOTA DETETA) USREDSREĐENA JE NA ANALNI OTVOR I POVEZANA JE SA DEFEKACIJOM. ZADOVOLJSTVO DOLAZI OD DRAŽENJA OSETLJIVE SLUZOKOŽE ANUSA PRILIKOM IZBACIVANJA IZMETA. DETE UBRZO NAUČI DA ZADRŽAVA SADRŽAJ CREVA KAKO BI SE POVEĆALO ZADOVOLJSTVO DEFEKACIJOM. DRUGI ZNAČAJAN IZVOR ZADOVOLJSTVA U OVOJ FAZI PROISTIČE IZ DETETOVOG SAZNANJA DA MOŽE PO SVOJOJ VOLJI DA ZADRŽAVA I PRAZNI CREVA. KONFLIKT IZMEĐU NAGONA SA JEDNE I DRUŠTVENE SREDINE (RODITELJA) SA DRUGE STRANE UZROKUJE KOD DETETA TVRDOGLAVOST (KOJA JE JEDNA OD TIPIČNIH CRTA ANALNOG KARAKTERA – PORED UREDNOSTI I ŠTEDLJIVOSTI). NA DALJI RAZVOJ LIBIDA MOGU UTICATI FRUSTRACIJE POVEZANE SA OSUJEĆENJEM ZADOVOLJENJA U OVOJ FAZI, ŠTO MOŽE UZROKOVATI FIKSACIJU ZA OVAJ STADIJUM ILI FORMIRANJE ODREĐENOG SINDROMA ANALNOG KARAKTERA.

SA PREGENITALNOM ORGANIZACIJOM LIBIDA VREMENSKI SE DELIMIČNO PREKLAPA **PREEDIPALNA FAZA** – PERIOD U RAZVOJU LIBIDA KOJI PRETHODI OBRAZOVANJU EDIPOVOG KOMPLEKSA. U OVOJ FAZI SE KOD DEVOJČICA JAVLJA ŽELJA ZA PENISOM. UKOLIKO JE ONA ISUVIŠE JAKA, A RANO POTISNUTA, U ODRASLOM DOBU SE MOŽE ISPOLJITI KAO NIMFOMANIJA, TJ. HIPERSEKSUALNOST ILI KAO SPECIFIČNA STRUKTURA KARAKTERA KOJU ABRAHAM NAZIVA „OSVETNIČKIM TIPOM“ ŽENE.

NAREDNA JE FALUSNA FAZA/ STADIJUM (OD 3. DO 5. GODINE ŽIVOTA DETETA) KADA DETE SVOJ LIBIDO SVE VIŠE USMERAVA NA GENITALIJE – I TO MUŠKE, KAO I NA NJIHOV SIMBOLIČKI REPREZENT – FALUS. OVO INTERESOVANJE VODI DETE DO INFANTILNE ONANIJE. FROJD SMATRA DA SE SEKSUALNO SAMOZADOVOLJAVANJE JAVLJA U DVA NAVRATA U TOKU INFANTILNE SEKSUALNOSTI: PRVI PUT U PERIODU ODOJČETA KADA DETE OTKRIVA PRIJATNOST KOJU IZAZIVA DRAŽENJE GENITALNE ZONE PRILIKOM KUPANJA, MAZANJA KREMOM, MILOVANJA ILI MOKRENJA A DRUGI PUT U FALUSNOM STADIJUMU KADA SAMO DETE MOŽE PROIZVESTI SEKSUALNO ZADOVOLJSTVO TRLJANJEM SVOJIH GENITALIJA RUKOM (ČEŠĆE DEČACI) ILI STISKANJEM SVOJIH BUTINA (DEVOJČICE).

U OVOM STADIJUMU INFANTILNA SEKSUALNOST JE U PUNOM PROCVATU – DECA SE INTERESUJU ZA RAZLIKE MEĐU POLOVIMA, SEKSUALNI ODNOS, RAĐANJE DECE... OBJEKT SEKSUALNOG NAGONA POSTAJE OSOBA (RODITELJ) SUPROTNOG POLA. U OVOM PERIODU JAVLJA SE **EDIPOV KOMPLEKS** (PRIVRŽENOST RODITELJU SUPROTNOG POLA). OVU EDIPALNU DRAMU OKONČAVA STRAH OD KASTRACIJE, FORMIRANJE SUPEREGA I POTISKIVANJE SEKSUALNOSTI.

U ODRASLOM DOBU FIKSACIJA NA FALUSNI STADIJUM DOVODI DO STVARANJA FALUSNO-NARCIISTIČNOG KARAKTERA.

PERIOD LATENCIJE (OD 5. DO 11. GODINE ŽIVOTA DETETA) – U OVOM PERIODU SEKSUALNI NAGONI I PREOKUPACIJE MIRUJU, A ENERGIJA SE USMERAVA NA ŠKOLU, HOBIJE I DRUŽENJE.

POD UTICAJEM TERENSKIH ISTRAŽIVANJA KOJA SU KRAJEM 30.-TIH I 40.-TIH GODINA PROŠLOG VEKA REALIZOVALI BRONISLAV MALINKOVSKI, MARGARET MID I RUT BENEDIKT FROJD JE MODIFIKOVAO SVOJU TEORIJU O PERIODU LATENCIJE, NAGLAŠAVAJUĆI DA POTPUN PREKID U SEKSUALNOM ŽIVOTU MOŽE BITI IZAZVAN SAMO U ONIM KULTURAMA KOJE SU U SVOJ PLAN UKLJUČILE POTISKIVANJE INFANTILNE SEKSUALNOSTI, DOK U VEĆINI PRIMITIVNIH KULTURA TO NIJE SLUČAJ.

GENITALNA FAZA/STADIJUM (12+ GOD), TO JE ZAVRŠNI STADIJUM RAZVOJA LIBIDA U KOJEM SVI PARCIJALNI NAGONI (ORALNI, ANALNI, SADISTIČKI, MAZOHISTIČKI, VOAJERSKI, EGZIBICIONISTIČKI...) STUPAJU U SLUŽBU GENITALNE FUNKCIJE I PODREĐUJU SE PRIMATU GENITALNE ZONE. SA PUBERTETOM SE SEKSUALNI NAGON PONOVO BUDI I USMERAVA KA FORMIRANJU ZRELIH PARTNERSKIH ODNOSA I GENITALNE SEKSUALNOSTI.

SVA Odstupanja od normalnog seksualnog života po ovoj teoriji posledica su Zastoja ili regresije u toku psiho seksualnog sazrevanja i mogu se odnositi na Odstupanja u pogledu:

- OBJEKTA,
- CILJA I
- SNAGE seksualnog nagona.

KAO ŠTO JE POZNATO, FROJD JE SVOJU TEORIJU O seksualnosti utemeljio proveravajući je kroz rad sa dečakom – koga je u svojim radovima nazvao HANS. METODA KOJOM SE SLUŽIO U RADU SA NJIM JE KOMBINACIJA INTERPRETACIJE I PSIHOEDUKACIJE – ŠTO JE BILO REVOLUCIONARNO ZA ONO VREME. (“TRI ESEJA O TEORIJU seksualnosti”)

ZNAČAJNI PSIHOTERAPEUTI NAKON FROJDA

NAKON FROJDA, U PRVOJ POLOVINI XX VEKA, BILO JE JOŠ ZNAČAJNIH IMENA KOJA SU DOPRINELA UVOĐENJU TEME SEKSUALNOSTI U SFERU BAVLJENJA ČOVEKOVIM ŽIVOTOM.

NEKI OD NJIH SU IMALI I SVOJE TEORIJE SEKSUALNOSTI.

TAKO, NPR., **ALBERT MOL** (NEUROLOG, PSIHOLOG I SEKSOLOG) – SMATRAO JE FROJDOVU TEORIJU SEKSUALNOSTI NENAUČNOM – PREDLAŽE KONCEPT RAZVOJA SEKSUALNOSTI KROZ 4 FAZE:

- NAVALA UZBUĐENJA
- URAVNOTEŽENJE UZBUĐENJA
- VRHUNAC SEKSUALNOSTI
- NAGLO OPADANJE.

ŠVAJCARSKI PSIHIJATAR **EUGEN BLOJLER** TAKOĐE SE BAVIO TEMOM SEKSUALNOSTI KOD DECE

MAGNUS HIRŠVELD, NEMAČKI LEKAR, SEKSOLOG I ZASTUPNIK PRAVA HOMOSEKSUALACA

STENLI HOL, AMERIČKI PSIHOLOG, PRVI JE POMENUO FAZU ADOLESCENCIJE

HERMINA HUG-HELMUT, AUSTRIJSKA PSIHOANALITIČARKA, TAKOĐE SE BAVILA SEKSUALNOŠĆU DECE I 1913. GODINE JE OBJAVILA STUDIJU „IZ DRUŠTVENOG ŽIVOTA DETETA“, A 1921. GODINE, POD PSEUDONIMOM GRETA LAJNER KNJIGU „DNEVNIK MLADE DEVOJKE“.

KRAJEM 30.-TIH GODINA PROŠLOG VEKA **RENE GIJON**, FRANCUSKI PRAVNIK I SUDIJA OBJAVIO JE STUDIJE O SEKSUALNOJ ETICI

VILHELM RAJH, AUSTRIJSKO-AMERIČKI PSIHIJATAR I PSIHOANALITIČAR, ZASTUPAO JE IDEJU DA JE SEKSUALNOST SAMA SUŠTINA ŽIVOTA.

ZA TEORIJE O DEČJEM RAZVOJU (ZASNOVANE NA POSMATRANJU DECE) POSEBNO SU ZASLUŽNI:

- **ANA FROJD**, KOJA SE PORED **MELANI KLAJN**, SMATRA OSNIVAČICOM DEČJE PSIHOANALIZE;
- **MARGARET MALER**, AUSTRIJSKO-AMERIČKA PSIHIJATRICA, PEDIJATRICA I PSIHOANALITIČARKA; BAVILA SE ISTRAŽIVANJIMA ODOJČADI I MALE DECE;
- **DONALD VINIKOT**, ENGLESKI PEDIJATAR I PSIHOANALITIČAR, ZNAČAJAN DOPRINOS DAO JE TEORIJI OBJEKTNIH ODNOSA I RAZVOJNOJ PSIHOLOGIJI.

ERIKSONOVA TEORIJA PSIHOSOCIJALNOG RAZVOJA

ERIK ERIKSON, AMERIČKO DANSKI PSIHOANALITIČAR, KOJI SE BAVIO I DEČJOM PSIHOANALIZOM, DAO JE SISTEMATIZACIJU LJUDSKOG RAZVOJA, I PRETPOSTAVIO DA SVAKI STUPANJ RAZVOJA NOSI SA SOBOM POTENCIJALNU KRIZU, ODNOSNO OPASNOST DA SE NEADEKVATNO ZAVRŠE RAZVOJNI ZADACI. GOVORIO JE O NEKOLIKO PRINCIPA KOJE RAZVOJ NUŽNO NOSI SA SOBOM, KAO I O RAZVOJNIM FAZAMA, KROZ KOJE BI SVAKO “NORMALNO” LJUDSKO BIĆE MORALO PROĆI.

JEDNA INTEGRISANA I FUNKCIONALNA LIČNOST BI, PREMA KONCEPTIMA OVE TEORIJE, TREBALO DA DOVOLJNO USPEŠNO SAVLADA SVE ŽIVOTNE CIKLUSE, U CILJU OSEĆANJA ISPUNJENOSTI SOPSTVENOG ŽIVOTA.

ZA RAZLIKU OD FROJDA, ERIK ERIKSON NAGLAŠAVA UTICAJ DRUŠTVENOG OKRUŽENJA NA RAZVOJ IDENTITETA, UKLJUČUJUĆI I SEKSUALNI IDENTITET.

ERIKSON SVOJU TEORIJU TEMELJI NA DVA OSNOVNA PRINCIPA:

PRVI, EPIGENETIČKI PRINCIP, KOJI GLASI: SVE ŠTO SE RAZVIJA IMA SVOJ OSNOVNI PLAN I SVAKI DEO IMA NEZAMENLJIV UTICAJ U ODREĐENOM PERIODU RAZVOJA.

DRUGI, PRINCIP ALTERANTIVNOSTI, KOJI GLASI: RAZVOJ SVAKE SPOSOBNOSTI MORA BITI ADEKVATNO UVREMENJEN, JER POJAVA NOVE SPOSOBNOSTI UVEK MOŽE DA UGROZI SPOSOBNOST KOJA SE RANIJE JAVILA. POJAVOM NOVE SPOSOBNOSTI, ONA PREĐAŠNJA MOŽE DA BUDE U KRIZI IZ KOJE POSUTOJE DVA MOGUĆA IZLAZA: DOBAR (ADEKVATAN) I LOŠ (NEADEKVATAN). SVAKI SUKCESIVNI KORAK U RAZVOJU, SMATRA SE POTENCIJALNOM KRIZOM, PERIODOM POVEĆANE RANJIVOSTI, ALI I PERIODOM POVIŠENIH POTENCIJALA I MOGUĆNOSTI.

RAZVOJNI STADIJUMI

1. FAZA STICANJA OSNOVNOG POVERENJA (TRAJE TOKOM 1. GODINE ŽIVOTA)

ŠTA NAŠ ČINI POVERLJIVIM ILI NEPOVERLJIVIM PREMA SVETU?

POLARITETI: POVERENJE-NEPOVERENJE

2. FAZA STICANJA AUTONOMIJE (TRAJE TOKOM 2. GODINE)

DA LI JA TO MOGU?

POLARITETI: MOĆ-NEMOĆ

3. FAZA STICANJA INICIJATIVE (VEZANA JE ZA PREDŠKOLSKI UZRAST: 3 – 6 GODINA)

IZLAŽENJE IZ „SIGURNE ZONE“

POLARITETI: INICIJATIVA-KRIVICA

4. FAZA USVAJANJA ODGOVORNOSTI (OD 6. DO 12. GODINE)

DA LI SAM DORASTAO/DORASLA ZADATKU?

POLARITETI: SAMOSTALNOST-INFERNOST

5. ADOLESCENCIJA (OD 12. DO 18. GODINE)

ŠTA JE MOJ IDENTITET?

POLARITETI: STABILAN IDENTITET- KONFUZIJA

6. FAZA INTIMNOSTI/BLISKOSTI (OD 18. DO 40. GODINE)

GDE JE GRANICA IZMEĐU „JA“ I „MI“?

POLARNOSTI: BLISKOST/INTIMNOST-PSEUDOINTIMNOST

7. FAZA STVARANJA/PLODOTVORNOSTI (OD 40. DO 65. GODINE)

ŠTA ĆE OSTATI NAKON MENE?

POLARNOSTI: PLODOTVORNOST-NEZADOVOLJSTVO/STAGNACIJA/USAMLJENOST

8. FAZA INTEGRACIJE (OD 65. GODINE DO SMRTI)

ŠTA SAM SVE POSTIGAO/POSTIGLA U ŽIVOTU?

POLARNOSTI: OSEĆANJE INTEGRITETA/ZADOVOLJSTVA- HRONIČNO NEZADOVOLJSTVO/PSIHOSOMATIKA/DEPRESIVNOST

SVI RAZVOJNI ZADACI PRISUTNI SU TOKOM CELOG ŽIVOTA, ALI SU NAJUOČLJIVIJU U NAVEDENIM PERIODIMA KOJI SU IZDVOJENI U STADIJUME. U SVAKOM STADIJUMU DOMINACIJU MOŽE PREUZETI JEDAN OD DVA POLARITETA (POVERENJE I NEPOVERENJE, MARLJIVOST I INFERIORNOST, INICIJATIVA I KRIVICA..). BITNO JE PRONAĆI **BALANS**. TO ZNAČI DA BI TREBALO ZADRŽATI MANJE SEGMENTE NEGATIVNOG POLA. ODNOSNO, PREVIŠE INICIJATIVE PRELAZI U BEZOBZIRNOST. DOZA NEPOVERENJA NAS PONEKAD ŠTITI. PREVIŠE BLISKOSTI MOŽE DOVESTI DO PROMISKUITETNOSTI.

ZNAČAJ NEKIH OD OVIH FAZA ZA RAZVOJ ZDRAVOG SEKSUALNOG IDENTITETA:

- PERIOD OD 3. DO 6. GODINE KADA DECA KROZ IGRU ISTRAŽUJU RODNE ULOGE, INTERESUJU SE I ISTRAŽUJU SOPSTVENO TELO; TADA JE VEOMA VAŽNA PODRŠKA I RAZUMEVANJE OD STRANE RODITELJA, A POSEBNO DA NEMA KAŽNJAVANJA U VEZI TE DEČIJE RADOZNALOSTI, ODN. PODRŠKA **INICIJATIVI** NASUPROT IMPUTIRANJA **OSEĆAJA KRIVICE**;
- PERIOD ADOLESCENCIJE JE VREME DEFINISANJA SOPSTVENE SEKSUALNE ORIJENTACIJE, KAO I ULOGE U DRUŠTVU; ULOGA OKRUŽENJA (POSEBNO RODITELJA) JE DA DA PODRŠKU ADOLESCENTU U IZGRADNJI STABILNOG OSEĆAJA **IDENTITETA** I RAZREŠAVANJU **KONFUZIJE ULOGA** KOJE SU U POČETKU ADOLESCENCIJE VEOMA PRISUTNE; ERIKSON SMATRA DA JE PRAVA INTIMNOST MOGUĆA TEK KADA OSOBA IMA STABILNO IZGRAĐEN SOPSTVENI IDENTITET – ŠTO SE FINALIZIRA U SLEDEĆOJ FAZI:

- PERIOD *MLADOSTI* (DOBA OD 18. DO 40. GODINE) – KADA JE FOKUS NA OSTVARIVANJU BLISKIH, EMOCIONALNIH I SEKSUALNIH VEZA SA DRUGIMA; USPEŠNO RAZREŠENJE OVE FAZE VODI KA VRLINI ***LJUBAVI***;
- *ZRELO DOBA* (OD 40. DO 65. GODINE) – KADA SE SEKSUALNOST KANALIŠE KROZ GENERATIVNOST – BRIGU O POTOMSTVU I PRENOŠENJE VREDNOSTI NA MLAĐE GENERACIJE (***PLODOTVORNOST*** NASUPROT ***STAGNACIJE***)

ERIKSONOV DOPRINOS JE U SHVATANJU DA JE SEKSUALNOST NERASKIDIVO POVEZANA SA RAZVOJEM LIČNOSTI I SOCIJALNIM ODNOSIMA, A NE SAMO SA FIZIČKIM ZADOVOLJSTVOM.

SAVREMENI PRISTUPI PSIHOSEKSUALNOM RAZVOJU

SAVREMENI STRUČNJACI KOJI SE BAVE TEORIJOM PSIHOSEKSUALNOG RAZVOJA NAGLAŠAVAJU DA JE RAZVOJ SEKSUALNOSTI KONTINUIRAN PROCES KOJI ZAVISI OD:

- **ODNOSA SA RODITELJIMA:** SIGURNA PRIVRŽENOST (DŽON BOLBI, TEORIJA PRIVRŽENOSTI) I OTVORENA KOMUNIKACIJA O TELU I GRANICAMA SU OSNOVA ZDRAVOG RAZVOJA SEKSUALNOG IDENTITETA.
- **KOGNITIVNOG RAZVOJA:** KAKO DETE RASTE, MENJA SE NJEGOVO RAZUMEVANJE BIOLOŠKIH RAZLIKA I DRUŠTVENIH NORMI.
- **SAMOSVESTI O PRIVLAČNOSTI:** ISTRAŽIVANJA POKAZUJU DA SE SVEST O PRIVLAČNOSTI PREMA ISTOM ILI SUPROTNOM POLU ČESTO JAVLJA I PRE SAME ADOLESCENCIJE.

ZNAČAJNI AUTORI/DOGAĐAJI ZA RAZVOJ PSIHOTERAPIJE SEKSUALNOSTI U DRUGOJ

POLOVINI XX VEKA

AMERIČKI ZOOLOG **ALFRED KINSI** OSNOVAO JE 1947. GODINE INSTITUT ZA SEKSUALNA ISTRAŽIVANJA GDE JE SPROVEDENO ISTRAŽIVANJE SEKSUALNOG PONAŠANJA MUŠKARACA NA UZORKU OD 20.000 ISPITANIKA. NEKO LIKO GODINA IZA TOGA UPITNIK JE SPROVEDEN I NA 8.000 ŽENA. ISTRAŽIVANJA SEKSUALNIH FENOMENA UČESTALA SU U DRUGOJ POLOVINI XX VEKA.

AMERIČKO UDRUŽENJE ZA NAUČNE STUDIJE SEKSOLOGIJE OSNOVANO JE 1957. GODINE.

POSEBNO VELIK DOPRINOS ISTRAŽIVANJU SEKSUALNOSTI DALI SU **VILIJEM MASTERS I VIRĐINIJA DŽONSON** – AMERIČKI BRAČNI PAR. ONI SU 1966. GODINE OBJAVILI SVOJU STUDIJU O FIZIOLOŠKIM PROCESIMA TOKOM SEKSUALNE AKTIVNOSTI MUŠKARCA I ŽENE (PRAĆENIH U LABORATORIJSKIM USLOVIMA). 1970. GODINE OBJAVILI SU STUDIJU: “LJUDSKA SEKSUALNA NEADEKVATNOST” A 30-TAK GODINA KASNIJE DELO: “LJUDSKA SEKSUALNOST”.

ZNAČAJNA JE I **1973. GODINA** – KADA **AMERIČKO UDRUŽENJE PSIHIJATARA UKIDA HOMOSEKSUALNOST KAO DIJAGNOZU** – ŠTO SLEDE I STRUKOVNE ORGANIZACIJE VEĆINE DRUGIH ZEMALJA.

ISTRAŽIVANJA, KAO I TEORIJSKA RAZMATRANJA PSIHOSOCIJALNOG RAZVOJA SVE SU BROJNIJA.

KOGNITIVNO-BIHEJVIORALNA TEORIJA (KBT) SEKSUALNOSTI

U OVOM TEORIJSKOM PRISTUPU SEKSUALNE MISLI, OSEĆANJA I PONAŠANJA POSMATRAJU SE KAO NAUČENI OBRASCI, GDE KOGNITIVNE KOMPONENTE (MISLI, UVERENJA, INTERPRETACIJE) I PONAŠANJE, KAO I ONO ŠTO JE NAUČENO – OBLIKUJU SEKSUALNI ŽIVOT.

KLJUČNI PRINCIPI KBT SU:

- *KOGNITIVNI MODEL*: SEKSUALNI PROBLEMI NISU UVEK U SAMOM DOGAĐAJU, VEĆ U NAČINU NA KOJI OSOBA INTERPRETIRA (PROCENI) TAJ DOGAĐAJ – NPR. "NE MOGU DA POSTIGNEM EREKCIJU, TO JE KATASTROFA").
- *NEGATIVNE AUTOMATSKE MISLI*: ČESTE SU GREŠKE U LOGICI POPUT GENERALIZACIJE ("UVEK SAM LOŠ U KREKETU") ILI MENTALNOG FILTRIRANJA, ŠTO POJAČAVA ANKSIOZNOST I PROBLEME.
- *ŠEME*: DUBOKA UVERENJA (ŠEME) FORMIRANA U RANOM DETINJSTVU UTIČU NA SEKSUALNE PROCENE.
- *UČENJE*: SEKSUALNI STRAHOVI I PONAŠANJA UČE SE KROZ ISKUSTVO (KLASIČNO I INSTRUMENTALNO USLOVLJAVANJE).

KBT PRISTUP SEKSUALNOSTI NUDI PRAKTIČAN, STRUKTURIRAN PRISTUP PROBLEMIMA, FOKUSIRAJUĆI SE NA TO KAKO RAZMIŠLJAMO I ŠTA RADIMO U VEZI SA SEKSOM, A NE SAMO NA "ŠTA SE DEŠAVA". TERAPIJSKI POSTUPCI KREIRAJU SE KROZ SLEDEĆE INTERVENCIJE:

- POUČAVANJE KLIJENTA O NORMALNOJ SEKSUALNOSTI I REALNIJIM OČEKIVANJIMA;
- IDENTIFIKOVANJE AUTOMATSKIH MISLI I KOGNITIVNIH DISTORZIJA POVEZANIH SA SEKSOM;
- RAD NA PROMENI NEGATIVNIH MISLI U REALISTIČNIJE I POZITIVNIJE (NPR. "PONEKAD NE USPEM, TO JE NORMALNO, ALI MOGU DA UŽIVAM NA DRUGI NAČIN");
- KORIŠĆENJE BIHEJVIORALNIH TEHNIKA: IZLAGANJE (EKSPONENCIJALNA TERAPIJA) I VEŽBE (ZADACI) – TAKO SE UČE NOVA, ZDRAVA SEKSUALNA PONAŠANJA I SMANJUJE ANKSIOZNOST.

TEORIJA RODNIH SHEMA

OVA TEORIJA RAZVIJENA JE NA TEMELJIMA KOGNITIVNE PSIHOLOGIJE, POSEBNO POD UTICAJEM RADOVA SANDRE BEM, AMERIČKE PSIHOLOŠKINJE. FOKUSIRA SE NA TO KAKO DECA USVAJAJU INFORMACIJE O TOME ŠTA ZNAČI BITI MUŠKO ILI ŽENSKO U NJIHOVOJ KULTURI. DECA RANO STVARAJU **RODNE SHEME** (MENTALNE OKVIRE) KOJE IM POMAŽU DA ORGANIZUJU PONAŠANJA I INTERESOVANJA U SKLADU SA DRUŠTVENIM OČEKIVANJIMA.

OBJAŠNJAVA KAKO DECA I ODRASLI INTERNALIZUJU DRUŠTVENE NORME O RODU (MUŠKOST/ŽENSKOST) KROZ KOGNITIVNE PROCESSE, GRADEĆI MENTALNE "SCHEME" KOJE IM POMAŽU DA RAZUMEJU, ORGANIZUJU I INTERPRETIRAJU INFORMACIJE O SEBI I DRUGIMA U ODNOSU NA ROD, ČIME OBLIKUJU PERCEPCIJU RODA, IDENTITET I PONAŠANJE, ŠTO VODI KA RODNOJ SOCIJALIZACIJI.

OSNOVNE IDEJE TEORIJE RODNIH SHEMA:

1. *UTICAJ KOGNITIVNE OBRADE*: UMETO PASIVNOG USVAJANJA, DECA AKTIVNO KONSTRUIŠU RAZUMEVANJE RODA, UČEĆI ŠTA JE "MUŠKO" I "ŽENSKO" U NJIHOVOJ KULTURI, KOJE SU RODNE KARAKTERISTIKE, ULOGE, STEREOTIPI, OČEKIVANJA...
2. *HEME*: SU MENTALNE STRUKTURE KOJE ORGANIZUJU ZNANJE O RODU (NPR., "MUŠKARCI SU JAKI..., ŽENE SU NEŽNE..."). IDENTIFIKACIJA SA ODREĐENIM RODOM VODI USVAJANJU TE RODNE HEME I UTIČE NA PONAŠANJE, IZRAŽAVANJE, ODEVANJE I IDENTITET.
3. *HEME "FILTRIRAJU" INFORMACIJE* – ONE KOJE SE UKLAPAJU U RODNE STEREOTIPE LAKŠE USVAJAJU, DOK NEPODUDARNE INFORMACIJE ZANEMARUJU ILI ISKRIVLJUJU.
4. OVE *HEME SE UČE* IZ DRUŠTVENOG OKRUŽENJA (PORODICA, VRŠNJACI, MEDIJI...) / *INTERNALIZUJU SE*.

STRATEŠKA TERAPIJA SEKSUALNIH PROBLEMA

TEMELJI SE NA PRISTUPU MILTONA ERIKSONA, AMERIČKOG PSIHIJATRA KOJI SE BAVIO PORODIČNOM TERAPIJOM I MEDICINSKOM HIPNOZOM.

U SVOM RADU KORISTIO JE RAZNOVRSENE TEHNIKE, IZMEĐU OSTALIH – PROMENLJIVO TRAJANJE SESIJA, HUMOR, METAFORE, IZNENAĐENJE, PARADOKS... A OD HIPNOTIČKIH TEHNIKA: LEVITACIJA RUKU, KONFUZIJA, NELOGIČNOST, INDUKCIJA TRANSA SAMO DODIROM, REGRESIJA I PROGRESIJA STAROSTI...

U BROJNIM ZEMLJAMA POSTOJE NJEGOVI INSTITUTI. NEKI OD NJегоVIH SLEDBENIKA BAVE SE *STRATEŠKOM TERAPIJOM SEKSUALNIH PROBLEMA*.

KOD NAS JE PREVEDENA KNJIGA ĐORĐA NARDONEA I MATEA RAMPINA: “KADA SEKS POSTANE PROBLEM” U KOJOJ SU, PORED TEORUJSKIH KONCEPATA NA KOJE SE AUTORI U SVOM RADU OSLANJAJU (MILTON ERIKSON, KONSTRUKTIVIZAM...), DATI I NEKI PRIMERI IZ PRAKSE SAMIH AUTORA.

GEŠTALT PRISTUP SEKSUALNOSTI

GEŠTALT TERAPIJA NE NUDI (JEDINSTVENU, LINEARNU) „TEORIJU STADIJUMA“ SEKSUALNOSTI (KAO NPR. FROJD ILI ERIKSON), ALI – POSTOJI, SA NJENIM OSNOVNIM KONCEPTIMA USKLAĐENA, GEŠTALT PERSPEKTIVA RAZVOJA SEKSUALNOSTI. TI OSNOVNI KONCEPTI, KAO ŠTO NAM JE POZNATO, SU:

- KONCEPT POLJE ORGANIZAM–SREDINA (ORGANIZAM U POLJU),
- KONCEPT SVESNOSTI (OSLONJEN NA PRINCIP “SADA I OVDE”),
- KONCEPT ODGOVORNOSTI,
- KREATIVNA ADAPTACIJA,
- ORGANIZMIČKA SAMOREGULACIJA,
- UTELOVLJENOST (DOŽIVLJAJ TELA JE VEOMA BITAN ZA INTEGRACIJU LIČNOSTI) I
- DIJALOŠKI (RELACIONI) ODNOS.

OSNOVNE GEŠTALT PRETPOSTAVKE O SEKSUALNOSTI

IZ GEŠTALT PERSPEKTIVE, SEKSUALNOST SE RAZVIJA KAO UTELOVLJENA, RELACIJSKA SPOSOBNOST ZA UZBUĐENJE I KONTAKT, OBLIKOVANA JE SVESNOŠĆU, GRANICAMA I INTERPERSONALNIM POLJEM, A NE FIKSNIM STADIJUMIMA ILI NAGONIMA.

1. FRIC PERLS JE ODSTUPIO OD FROJDOVE KLASIČNE PSIHOANALIZE U POGLEDU RAZVOJA SEKSUALNOSTI I NAGONA. UMESTO DAVANJA PRIMATA SEKSUALNOSTI, PERLS JE AKCENAT STAVIO NA AGRESIJU I HOLISTIČKO FUNKCIONISANJE ORGANIZMA. PERLS JE U SVOJOJ KNJIZI *"EGO, GLAD I AGRESIJA"* (1942) TVRDIO DA JE AGRESIJA PODJEDNAKO VAŽNA, AKO NE I VAŽNIJA ZA RAZVOJ LIČNOSTI. ZA PERLSA, **AGRESIJA NIJE DESTRUKTIVNA SILA, VEĆ ENERGIJA NEOPHODNA ZA USPOSTAVLJANJE KONTAKTA** SA OKOLINOM I ZADOVOLJAVANJE POTREBA.

ON JE UVEO POJAM "DENTALNE AGRESIJE" KAO KLJUČNI RAZVOJNI KORAK KOJI ZAMENJUJE RANIJE FAZE SEKSUALNOG RAZVOJA. U NJOJ RAZLIKUJE DVE FAZE:

- **ORALNU FAZU (SISANJE):** SIMBOLIZUJE PASIVNO PRIMANJE I INTROJEKCIJU (PRIHVATANJE IDEJA BEZ KRITIČKOG RAZMIŠLJANJA) I

- **DENTALNU FAZU (ŽVAKANJE):** POJAVOM ZUBA DETE POČINJE DA "GRIZE" I RAZGRAĐUJE HRANU (I ISKUSTVA). OVO JE OSNOVA ZA **ASIMILACIJU**, GDE OSOBA UČI DA ONO ŠTO JOJ JE POTREBNO "SAŽVAĆE" I PRISVOJI, A ONO ŠTO JOJ NE ODGOVARA ODBACI.

2. POŠTUJUĆI **HOLISTIČKI PRISTUP** – GEŠTALT POSMATRA ČOVEKA KAO CELINU, KOJA IMA 5 DIMENZIJA (FIZIČKU, EMOTIVNU, RACIONALNU, SOCIJALNU I SPIRITUALNU), PA TAKO I SEKSUALNO UZBUĐENJE POSMATRA KAO DEO OPŠTEG UZBUĐENJA ORGANIZMA. UZ TO, OSLANJAJUĆI SE NA PRINCIP **SADA I OVDE**, PERLS SE FOKUSIRAO NA TO KAKO OSOBA DOŽIVLJAVA SVOJU SEKSUALNOST U SADAŠNJEM TRENUTKU, UMEŠTO NA ANALIZU TRAUMA IZ RANOG DETINJSTVA.
3. U GEŠTALT TERAPIJI, SEKSUALNOST SE NE POSMATRA KAO IZOLOVAN BIOLOŠKI NAGON, VEĆ KAO **FUNKCIJA KONTAKTA** NA GRANICI IZMEĐU "JA" I "TI".
4. SEKSUALNI PROBLEMI SE U GEŠTALTU ČESTO VIDE KAO BLOKADE U CIKLUSU KONTAKTA. NA PRIMER, AKO OSOBA NE MOŽE DA ISPOLJI ZDRAVU AGRESIJU (DA POSEGNE ZA ONIM ŠTO ŽELI), NJENA SEKSUALNOST MOŽE POSTATI PASIVNA ILI "ZAKOČENA".

SEKSUALNOST SE POJAVLJUJE KROZ:

- TELESNU SVESNOST,
- EMOCIONALNU USKLAĐENOST,
- RELACIJSKI KONTAKT,
- STVARANJE ZNAČENJA UNUTAR KULTURNOG POLJA.

RAZVOJ SEKSUALNOSTI JE, KAO ŠTO I ERIKSON NAGLAŠAVA, ZAVISAN OD POLJA (PORODICA, KULTURA, TRAUMA, NORME) I PROCESAN JE, A NE UNAPRED ODREĐEN.

SEKSUALNOST KAO OBLIK KONTAKTA

U GEŠTALT TERAPIJI, SEKSUALNOST SE RAZUME KAO VISOKO INTENZIVAN OBLIK KONTAKTA KOJI UKLJUČUJE:

- SENZACIJE,
- ŽELJU,
- RANJIVOST,
- UZAJAMNO PREPOZNAVANJE.

ZDRAV SEKSUALNI RAZVOJ PODRAZUMEVA:

- SPOSOBNOST SAMOPODRŠKE,
- SPOSOBNOST RAZLIKOVANJA SEBE OD DRUGOG,
- TOLERANCIJU NA UZBUĐENJE I INTIMNOST,
- SPOSOBNOST REGULISANJA BLISKOSTI I DISTANCE.

POREMEĆAJI U SEKSUALNOSTI POSMATRAJU SE KAO POREMEĆAJI KONTAKTA, A NE KAO PATOLOGIJA.

RAZVOJNA PERSPEKTIVA (BEZ RIGIDNIH STADIJUMA, ALI SA RAZVOJNIM FAZAMA)

A) RANA UTELOVLJENA SVESNOST (DOJENAČKI PERIOD)

SEKSUALNOST ZAPOČINJE KAO SENZORNO ZADOVOLJSTVO, A NE GENITALNA SEKSUALNOST. POVEZANA JE SA DODIRIMA, DOŽIVLJAJEM TOPLINE, DRŽANJEM, POGLEDOM... KOJI PRUŽAJU ZADOVOLJSTVO. KROZ OVA ISKUSTVA POSTAVLJAJU SE TEMELJI ZA:

- DOŽIVLJAJ VLASNIŠTVA NAD TELOM,
- OSEĆAJ SIGURNOSTI U KONTAKTU,
- SPOSOBNOST DOŽIVLJAVANJA ZADOVOLJSTVA.

POREMEĆAJI U OVOM PERIOD (ZANEMARIVANJE, INTRUZIVNA NEGA, ZLOSTAVLJANJE...) UTIČU NA KASNIJA SEKSUALNA ISKUSTVA.

B) DIFERENCIJACIJA I FORMIRANJE GRANICA (RANO DETINJSTVO)

DETE SVOJU RADOZNALOST USMERAVA NA ISTRAŽIVANJE I OKRUŽENJA I SEBE, TESTIRA SVOJE GRANICE I AUTONOMIJU. SEKSUALNA RADOZNALOST U OVOM PERIODU NIJE USMERENA KA CILJU.

ZDRAV RAZVOJ ZAVISI OD:

- REAKCIJA BEZ POSRAMLJIVANJA
- JASNIH, ALI NE KAZNENIH GRANICA

POSRAMLJIVANJE ILI INTRUZIJA (NAMETANJE) KASNIJE DOVODE DO SUZBIJANJA ILI KOMPULZIVNOSTI.

C) RELACIJSKO ZNAČENJE I RODNI/SEKSUALNI IDENTITET (SREDNJE DETINJSTVO – ADOLESCENCIJA)

SEKSUALNOST SE ISPREPLIČE SA:

- IDENTITETOM,
- PRIPADANJEM,
- PREPOZNAVANJEM OD STRANE VRŠNJAKA.

ADOLESCENCIJA POJAČAVA:

- ŽELJU,
- SAMOSVEST I
- EKSPERIMENTISANJE.

GEŠTALT NAGLAŠAVA SVESNOST CIKLUSA UZBUĐENJA I ANKSIOZNOSTI, A NE PODELU NA „NORMALNO“ I „ABNORMALNO“ PONAŠANJE.

D) ZRELA SEKSUALNOST (ODRASLO DOBA)

ZRELA SEKSUALNOST PODRAZUMEVA:

- INTEGRACIJU TELA, EMOCIJA, FANTAZIJE I ODNOSA;
- SPOSOBNOST OSTAJANJA PRISUTNIM TOKOM VISOKOG UZBUĐENJA;
- SPOSOBNOST PREGOVARANJA O POTREBAMA I GRANICAMA I
- EROTSKI KONTAKT KOJI PODRŽAVA I SEBE I DRUGOG.

SEKSUALNE TEŠKOĆE ODRAŽAVAJU NEDOVRŠENE GEŠTALTE ILI HRONIČNE PREKIDE KONTAKTA (RETROFLEKSIJA, DEFLEKSIJA, KONFLUENCIJA ...).

POREMEĆAJI KONTAKTA I SEKSUALNOST

GEŠTALT TERAPEUTI SEKSUALNE PROBLEME DEFINIŠU KAO PREKIDE ILI OTPORE/MEHANIZME KREATIVNE ADAPTACIJE U TOKU CIKLUSA KONTAKTA ISKUSTVA. NE POSTAVLJA SE DIJAGNOZA, VEĆ TERAPEUT POSMATRA KAKO KLIJENT BLOKIRA SOPSTVENU ENERGIJU, KONTAKT SA SOBOM ILI KONTAKT SA PARTNEROM.

CIKLUS KONTAKT MOŽEMO POSMATRATI KROZ 4 OSNOVNE FAZE:

- *PRETKONTAKT,*
- *MOBILIZACIJA,*
- *PUN KONTAKT/AKCIJA I*
- *POSTKONTAKT (ASIMILACIJA I POVLAČENJE)*

POREMEĆAJI SEKSUALNOSTI U TIM FAZAMA MANIFESTUJU SE NA SLEDEĆI NAČIN:

- U FAZI *PRETKONTAKTA* KLIJENT NE PREPOZNAJE SOPSTVENE POTREBE, NE OSEĆA SEKSUALNU ŽELJU; TO MOŽE BITI POSLEDICA STIDA ILI NEKE TRAUME; NAJČEŠĆI MEHANIZMI ODBRANE U OVOJ FAZI SU DESENZITIZACIJA I DEFLEKSIJA; KLIJENT INTELEKTUALIZIRA ILI KORISTI HUMOR DA BI IZBEGAO FOKUS NA TELESNE SENZACIJE I INTIMNOST;
- U FAZI *MOBILIZACIJE* KLIJENT PREPOZNAJE POTREBU I USMERAVA ENERGIJU KA PARTNERU, ALI SE POSEZANJE BLOKIRA, NAJČEŠĆE MEHANIZMOM INTROJEKCIJE: PRAVILA: TREBA/MORA (NPR. “MUŠKARAC MORA UVEK BITI SPREMAN ZA SEKS”); OVI INTROJEKTI REMETE AUTENTIČNU ŽELJU, IZAZIVAJU ANKSIOZNOST I – POSLEDIČNO – DISFUNKCIONALNOST;

- U FAZI *PUNOG KONTAKTA/AKCIJE* POTPUNO PREPUŠTANJE SE BLOKIRA MEHANIZMIMA PROJEKCIJE (SOPSTVENI STRAHOVI, LJUBOMORA, STID, GAĐENJE... PROJEKTUJU SE/PRIPISUJU PARTNERU – ŠTO BLOKIRA PREPUŠTANJE) ILI RETROFLEKSIJE (UMESTO DA ENERGIJU USMERI NA PARTNERA, KLIJENT SE OKREĆE SEBI, SAMOSABOTIRA SE, SAMOKRITIČAN JE, IMA STRAH OD ODBIJANJA, OSEĆAJ KRIVICE; PONEKAD OVI KLIJENTI INHIBIRANU ŽELJU ZA PARTNERSKIM ODNOSOM ZAMENJUJU MASTURBACIJOM);

- U FAZI *POSTKONTAKTA* ISKUSTVO SE INTEGRIŠE, OSEĆA SE ZADOVOLJSTVO I DOLAZI DO POVLAČENJA; MEHANIZAM OTPORA KOJI ONEMOGUĆAVA KLIJENTA DA SE POVUČE I PONOVO DOŽIVI SEBE KAO ZASEBNU OSOBU JE KONFLUENCIJA – ŠTO DOVODI DO STRAHA OD “GUBLJENJA SEBE” U ODNOSU – PA SE ISTI IZBEGAVA ILI SE PRIHVATA KAO “OBAVEZA”; MOŽE SE JAVITI I “POST-KOITALNA TUGA” – JER ISKUSTVO NIJE ASIMILOVANO NA ZDRAV NAČIN.

TERAPIJSKI PRISTUP

TERAPIJSKI CILJ

CILJ GEŠTALT TERAPIJE NIJE DA „POPRAVI“ SEKSUALNOST, VEĆ DA:

- POVEĆA SVESNOST (PAŽNJA SE FOKUSIRA NA TELESNE SENZACIJE U SADAŠNJEM TRENUTKU),
- OBNOVI TELESNU SAMOREGULACIJU,
- PRORADI INTROJEKTE – IDENTIFIKUJE I ODBACI TUĐA UVERENJA O SEKSUALNOSTI KOJA BLOKIRAJU KLIJENTA,
- PRORADI NEZAVRŠENE POSLOVE,
- PROŠIRI MOGUĆNOST IZBORA U KONTAKTU (KROZ EKSPERIMENTISANJE I RAZGOVOR O NOVIM NAČINIMA KONTAKTA U SIGURNOM OKRUŽENJU, RAD NA GRANICAMA...),
- RADOM NA POLARNOSTIMA – U ZAVISNOSTI OD TOGA KOJI MEHANIZAM OTPORA SE POJAVI – POMOGNE PROŠIRIVANJU KAPACITETA KLIJENTA ZA ODABIR ADEKVATNIH NAČINA REAGOVANJA U DATIM SITUACIJAMA,
- PODRŽI AUTENTIČNO EROTSKO IZRAŽAVANJE.

SEKSUALNA ORIJENTACIJA I RAZLIČITOST

IZ GEŠTALT PERSPEKTIVE:

SEKSUALNA ORIJENTACIJA SE NE „RAZVIJA ISPRAVNO ILI POGREŠNO“ ONA NASTAJE KROZ INTERAKCIJU ORGANIZMA I OKRUŽENJA.

RAZLIČITOST SE RAZUME FENOMENOLOŠKI, A NE NORMATIVNO.

TERAPEUT OBRAĆA PAŽNJU NA:

- NAČIN NA KOJI OSOBA DOŽIVLJAVA ŽELJU
- ONO ŠTO PODRŽAVA ILI BLOKIRA AUTENTIČAN KONTAKT
- UTICAJ STIDA, TAJNOSTI ILI DRUŠTVENOG PRITISKA

KLJUČNI GEŠTALT AUTORI KOJI SU SE BAVILI/BAVE SE SEKSUALNOŠĆU:

FRIC PERLS – POSEBNO ISTRAŽIVAO UZBUĐENJE, AGRESIJU, SAMOREGULACIJU

LAURA PERLS – NAROČITO ISTICALA VAŽNOST UTELOVLJENOSTI I RELACIJSKOG ODNOSA

IRVING I MIRIJAM POLSTER – ISTRAŽIVALI INTIMNOST I EROTSKU VITALNOST (AUTORI KNJIGE: “ŽIVOT SVAKOG ČOVEKA JE VREDAN ROMANA”)

ŽAN-MARI ROBIN, KLINIČKI PSIHOLOG I GEŠTALT TERAPEUT – NAGLAŠAVA ZNAČAJ TEORIJE POLJA I RELACIJSKE SEKSUALNOSTI (AUTOR KNJIGE: “BIVANJE U PRISUSTVU DRUGOG – GEŠTALT TERAPIJA KAO SITUACIJA”)

GORDON WHEELER, KLINIČKI PSIHOLOG I GEŠTALT PSIHOTERAPEUT – POSEBNO SE BAVI RAZVOJEM SELFA U RELACIJSKIM POLJIMA

FILIP LIHTENBERG – POSEBNO JE BIO POSVEĆEN TEMAMA JA-TI ODNOSA I RAZREŠAVANJA KONFLIKATA U KOMUNIKACIJI

POREĐENJE GEŠTALT I PSIHOANALITIČKE TEORIJE O SEKSUALNOSTI

1. POREKLO I PRIRODA SEKSUALNOSTI

PSIHOANALIZA (FROJD): SEKSUALNOST (LIBIDO) JE PRIMARNI POKRETAČ LJUDSKOG PONAŠANJA. FROJD JE POSTAVIO MODEL **PSIHOSEKSUALNOG RAZVOJA** (ORALNA, ANALNA, FALUSNA FAZA ITD.), GDE FIKSACIJE U RANOM DETINJSTVU ODREĐUJU ODRASLU LIČNOST I SEKSUALNE PREFERENCIJE. SEKSUALNOST JE BIOLOŠKI NAGON KOJI DRUŠTVO ČESTO POTISKUJE.

GEŠTALT TERAPIJA (PERLS): SEKSUALNOST SE POSMATRA KROZ PRIZMU **KONTAKTA** I ZADOVOLJENJA POTREBA U SADAŠNJEM TRENUTKU. GEŠTALT NE DAJE PRIMAT SAMO SEKSUALNOM NAGONU, VEĆ GA VIDI KAO JEDNU OD MNOGIH POTREBA KOJA SE JAVLJA KAO "FIGURA" NA "POZADINI" NAŠEG ISKUSTVA. AKCENAT JE NA TOME KAKO OSOBA USPOSTAVLJA ILI BLOKIRA KONTAKT SA SOBOM I PARTNEROM.

2. FOKUS: PROŠLOST NASUPROT SADAŠNJOSTI

PSIHOANALIZA: FOKUSIRA SE NA **ISTORIJU**. SEKSUALNI PROBLEMI U ODRASLOM DOBU TUMAČE SE KAO RECIDIVI NEREŠENIH EDIPALNIH KONFLIKATA ILI TRAUMA IZ DETINJSTVA. CILJ JE OSVESTITI POTISNUTE SADRŽAJE KROZ ANALIZU TRANSFERA.

GEŠTALT: FOKUSIRA SE NA **"OVDE I SADA"**. TERAPEUT NE PITA "ZAŠTO" (TRAŽEĆI UZROK U PROŠLOSTI), VEĆ "KAKO" OSOBA TRENUTNO DOŽIVLJAVA SVOJU SEKSUALNOST. ANALIZIRAJU SE TELESNI PROCESI, DISANJE I NAČIN NA KOJI KLIJENT IZBEGAVA SVESNOST O SVOJIM UZBUĐENJIMA ILI POTREBAMA U TRENUTKU.

3. ODNOS PREMA TELU

PSIHOANALIZA: TRADICIONALNO JE BILA "LEČENJE RAZGOVOROM" GDE JE TELO BILO IZVOR SIMBOLA I SIMPTOMA KOJE TREBA INTERPRETIRATI. TELO JE OBJEKAT NA KOJEM SE OSLIKAVAJU NESVESNI KONFLIKTI.

GEŠTALT: TELO JE U CENTRU PROCESA. SEKSUALNOST SE NE SAMO ANALIZIRA, VEĆ SE **OSEĆA**. GEŠTALT TERAPEUTI PRATE MIŠIĆNU NAPETOST, BOJU GLASA I POKRETE KLIJENTA, JER SE U TELU NALAZE "NEZAVRŠENI POSLOVI" (BLOKIRANA ENERGIJA) KOJI SPREČAVAJU PUNO SEKSUALNO IZRAŽAVANJE.

4. CILJ TERAPIJE

PSIHOANALIZA: CILJ JE **UVID**. RAZUMEVANJEM NESVESNIH MEHANIZAMA I INTEGRACIJOM POTISNUTIH DELOVA LIČNOSTI (ID, EGO, SUPER-EGO), KLIJENT DOBIJA KONTROLU NAD SVOJIM NAGONIMA I SIMPTOMIMA.

GEŠTALT: CILJ JE **SVESNOST I PREUZIMANJE ODGOVORNOSTI**. SEKSUALNO ZDRAVLJE U GEŠTALTU ZNAČI SPOSOBNOST ZA PUNI "CIKLUS KONTAKTA" – OD PREPOZNAVANJA UZBUĐENJA, PREKO AKCIJE, DO PUNOG KONTAKTA I NA KRAJU POVLAČENJA/ZADOVOLJSTVA, BEZ PREKIDA (POPUT MEHANIZAMA OTPORA/KREATIVNE ADAPTACIJE).

TABELARNI PRIKAZ RAZLIKE U RAZUMEVANJU I RADU SA TEMAMA SEKSUALNOSTI U PSIHOANALIZI I U GEŠTALT PSIHOTERAPIJI

oblast	psihoanaliza	geštalt terapija
primarni fokus	nesvesni konflikti iz detinjstva	svesnost u “ovde i sada”
uloga seksualnosti	temeljni nagon ličnosti	jedna od potreba organizma
metod	interpretacija i slobodne asocijacije	svesnost o telu, eksperiment, dijalog
odnos klijent-terapeut	analitičar je neutralan	Ja-Ti odnos
patologija	fiksacije i potiskivanje	prekidi u ciklus kontaktu

ZA KRAJ...

„NE TREBA ZABORAVITI DA SU I AGRESIJA, KAO I SEKSUALNOST, IZVOR ENERGIJE I DA JE, KAO I MNOGO ŠTA DRUGO U ČOVEKOVOM ŽIVOTU, PREPUŠTENOM NEPOZNATIM ZAKONIMA ŽIVOTA, ALI I SLOBODNOJ LJUDSKOJ VOLJI DA ODLUČI ČEMU ĆE DA POSLUŽI OVA ENERGIJA.“ (JEROTIĆ, V., 1996.)

LITERATURA

- FROJD SIGMUND, O SEKSUALNOJ TEORIJI, BEOGRAD, 1976.
- FROJD, S., TRI ESEJA O TEORIJI SEKSUALNOSTI
- JEROTIĆ VLADIMIR, NEUROZA KAO IZAZOV, BEOGRAD, 1996.
- KLARKSON PETRUŠKA – GEŠTALT SAVETOVANJE U AKCIJI (CLARKSON, P.,GESTALT COUNSELLING IN ACTION, 1989).TOP OF FORBOTTOM OF FORM
- NARDONE Đ., RAMPIN M., KADA SEKS POSTANE PROBLEM, NOVI SAD, 2016.
- TREBJEŠANIN Ž., LEKSIKON PSIHOANALIZE, NOVI SAD, 1998.

The background of the slide is a light gray gradient. It is decorated with numerous realistic water droplets of various sizes. Some droplets are at the top left, some are scattered in the middle, and a larger cluster of droplets is at the bottom right. The droplets have highlights and shadows, giving them a three-dimensional appearance.

TEORIJSKI SEMINAR – SEKSUALNOST I GEŠTALT TERAPIJA

SANJA BRATINA

OSNOVNE TEORIJSKE PRETPOSTAVKE GEŠTALT TERAPIJE O SEKSUALNOSTI

1. ORGANIZAM–OKOLINA KAO JEDINSTVENO POLJE

- SEKSUALNOST SE NE NALAZI „U POJEDINCU“, VEĆ NASTAJE U POLJU ORGANIZAM–OKOLINA
- SEKSUALNO ISKUSTVO JE REZULTAT MEĐUDEJSTVA TELESNIH, EMOCIONALNIH, RELACIJSKIH, KULTURNIH I SITUACIONIH FAKTORA

2. SEKSUALNOST KAO FUNKCIJA KONTAKTA

- SEKSUALNOST JE SPECIFIČNA FORMA KONTAKTA KOJA UKLJUČUJE UZBUĐENJE, DIFERENCIJACIJU I SJEDINJAVANJE
- KVALITET SEKSUALNOG ISKUSTVA ZAVISI OD SPOSOBNOSTI USPOSTAVLJANJA, ODRŽAVANJA I PREKIDANJA KONTAKTA

3. SAMOREGULACIJA ORGANIZMA

- SEKSUALNA ŽELJA, UZBUĐENJE I ZADOVOLJSTVO DEO SU ORGANIZMČKE SAMOREGULACIJE
- SEKSUALNE SMETNJE NASTAJU KADA JE SAMOREGULACIJA POREMEĆENA ZBOG RIGIDNIH ADAPTACIJA, ZABRANA ILI STRAHA

• 4. FENOMENOLOŠKA OSNOVA

- POLAZI SE OD SUBJEKTIVNOG, DOŽIVLJENOG ISKUSTVA SEKSUALNOSTI, A NE OD DIJAGNOSTIČKIH KATEGORIJA
- ZNAČENJE SEKSUALNOG SIMPTOMA PROIZLAZI IZ ISKUSTVA KLIJENTA, A NE IZ SPOLJAŠNJIH NORMI

5. TELO KAO OSNOV SVESTI / SVESNOSTI

- SEKSUALNOST JE PRVENSTVENO TELESNO ISKUSTVO, PRE NEGO KOGNITIVNI ILI VOLJNI ČIN
- TELO NOSI ISTORIJU KONTAKTA, TRAUME, ZABRANA I ZADOVOLJSTVA
- SEKSUALNE TEŠKOĆE SE MANIFESTUJU KAO PROMENE U TELESNOM TONUSU, DISANJU I UZBUĐENJU

6. SEKSUALNI SIMPTOM KAO KREATIVNA ADAPTACIJA

- SEKSUALNE TEGOBE NISU DEFEKTI, VEĆ KREATIVNI POKUŠAJI ORGANIZMA DA SE ZAŠTITI ILI PRILAGODI
- SIMPTOM IMA SMISAO U KONTEKSTU ŽIVOTNE ISTORIJE I SADAŠNJEG POLJA

7. CIKLUS ISKUSTVA (CIKLUS KONTAKTA)

- SEKSUALNOST PRATI FAZE CIKLUSA: SENZACIJA – SVESNOST – MOBILIZACIJA – AKCIJA – KONTAKT – POVLAČENJE
- TEGOBE SE RAZUMEJU KAO PREKIDI ILI RIGIDNOSTI U ODREĐENIM FAZAMA CIKLUSA

8. SVESNOST KAO TERAPIJSKI MEHANIZAM PROMENE

- PROMENA U SEKSUALNOSTI NASTAJE KROZ PROŠIRENJE SVESNOSTI, A NE KROZ DIREKTNU KOREKCIJU PONAŠANJA
- VEĆA SVESNOST OMOGUĆAVA SPONTANOST, IZBOR I ODGOVORNOST U SEKSUALNOM KONTAKTU

9. DIJALOG I ODNOS

- SEKSUALNOST SE RAZVIJA I MENJA UNUTAR RELACIJE „JA–TI“
- TERAPEUTSKI ODNOS POSTAJE POLJE U KOJEM SE REFLEKTUJU TEME ŽELJE, SRAMA, GRANICA I BLISKOSTI

10. INTEGRACIJA POLARITETA

- SEKSUALNO FUNKCIONISANJE UKLJUČUJE POLARITETE (AKTIVNO–PASIVNO, KONTROLA–PREPUŠTANJE, BLISKOST–AUTONOMIJA)
- TEGOBE NASTAJU KADA SU POLARITETI RIGIDNO RAZDVOJENI ILI HIJERARHIZOVANI

11. EGZISTENCIJALNA DIMENZIJA SEKSUALNOSTI

- SEKSUALNOST JE POVEZANA SA PITANJIMA IDENTITETA, VITALNOSTI, SMISLA, IZBORA I ODGOVORNOSTI
- SEKSUALNE KRIZE ČESTO PRATE RAZVOJNE I EGZISTENCIJALNE KRIZE

12. NE-NORMATIVNI I ETIČKI STAV

- GEŠTALT TERAPIJA NE PROPISUJE „NORMALNU“ SEKSUALNOST
- RAZLIČITI OBLICI SEKSUALNOG IZRAŽAVANJA SE VREDNUJU PREMA KVALITETU KONTAKTA I DOBROBITI OSOBE, A NE PREMA DRUŠTVENIM STANDARDIMA

13. KONTEKST STIDA I MOĆI

- SEKSUALNOST JE DUBOKO OBLIKOVANA SRAMOM, TABUIMA I ODNOSIMA MOĆI
- TERAPIJA OMOGUĆAVA RAZLAGANJE INTERNALIZOVANIH ZABRANA I INTROJEKATA

14. RAZVOJNI KONTINUITET

- SEKSUALNOST SE RAZVIJA KROZ ŽIVOT I MENJA SE U SKLADU SA ISKUSTVIMA KONTAKTA
- NEMA „FIKSIRANOG“ SEKSUALNOG IDENTITETA ILI FUNKCIJE

CIKLUS ISKUSTVA / CIKLUS KONTAKTA

- SEKSUALNE TEŠKOĆE SE MAPIRAJU KROZ PREKIDE U CIKLUSU KONTAKTA:
- DESENZITIZACIJA (NE OSEĆAM UZBUĐENJE)
- PROJEKCIJA (PARTNER JE PROBLEM)
- INTROJEKCIJA (MORAM / NE SMEM)
- RETROFLEKSIJA (UZBUĐENJE OKRENUTO KA SEBI)
- DEFLEKSIJA (HUMOR, RACIONALIZACIJA, PORNOGRAFIJA)

EKSPERIMENT KAO TERAPIJSKI ALAT

- KORIŠĆENJE ISKUSTVENIH EKSPERIMENATA:
- USPORAVANJE
- POJAČAVANJE SENZACIJA
- RAD SA FANTAZIJOM
- DIJALOG DELOVA (ŽELJA – ZABRANA – STRAH)
- CILJ NIJE „POPRAVKA FUNKCIJE“, VEĆ PROŠIRENJE SVESNOSTI I IZBORA



Pitanja:

- Kako se seksualna energija **reguliše u terapiji**, a ne potiskuje?
 - Gde je granica između autentičnosti i acting-outa?
 - Kako znate da je nešto *vaše*, a ne klijentovo?
 - Šta radite sa uzbuđenjem u sebi?
 - Šta radite sa stidom?
- 



Seksualne tegobe u geštalt terapiji: inhibicija, kompulzija i regulacija uzbuđenja

Fokus: klinički rad (ne lična seksualna iskustva)

Teme:

- seksualna inhibicija / gubitak želje
 - kompulzivna seksualna ponašanja (pornografija)
 - stid i fragmentacija ciklusa kontakta
- 

- 
- Koja je razlika između **kontrole** i **samoregulacije**?
 - Kako raditi sa pornografijom bez moralizacije?
 - Kako prepoznajete da je inhibicija zapravo zaštita?

Pitanja za ličnu refleksiju:

- „Koja seksualna tegoba mi je najteža za rad i zašto?“
 - „Šta mi je potrebno da bih ostao/la prisutan/na u tom radu?“
- 

BITNO

- Pornografija ≠ uzrok, već **regulator afekta**
- Inhibicija ≠ disfunkcija, već **kreativna prilagođavanje**
- Ne „lečimo“ seksualnost, već **obnavljamo kontakt**
- Terapeutov kapacitet za uzbuđenje = ključni resurs

Primer fokusa po ciklusu:

- senzacija: „ništa ne osećam“
 - svestnost: stid / anksioznost
 - mobilizacija: impuls da se izbegne bliskost
 - akcija: porno kao zamena za kontakt
 - povlačenje: praznina / krivica
- 

Rad sa transferom i kontratransferom u geštalt terapiji

(posebno u kontekstu seksualnih tema)

1. Prepoznaj transfer kao deo polja, ne kao „problem klijenta“

Raditi:

Posmatraj transfer kao živi fenomen kontakta koji nastaje između tebe i klijenta

Istražuj kako se transfer pojavljuje (idealizacija, erotizacija, strah, stid, zavisnost)

Ne raditi:

Ne tumači transfer kao grešku ili regresiju

Ne koristi transfer za potvrdu sopstvene vrednosti

2. Prati kontratransfer kao dijagnostički instrument

Raditi:

Obrati pažnju na sopstvene telesne senzacije, emocije, fantazije i impulse

Razlikuj:

šta pripada tebi (lična istorija),

šta pripada klijentu,

šta nastaje između vas

Ne raditi:

Ne potiskuj kontratransfer

Ne deluj iz njega (zavođenje, povlačenje, moralizacija, prezaštićivanje)

3. Erotizovani transfer zahteva usporavanje, ne uzbuđenje

Raditi:

Usporavaj proces i vraćaj fokus na svesnost i granice

Istražuj značenje erotizacije: potreba za potvrdom, bliskošću, moći

Ne raditi:

Nikada ne uzvraćaj seksualizovani kontakt

Ne „koketiraj“, ne flertuj, ne koristi dvosmislene poruke

4. Verbalizuj proces – ali selektivno i odgovorno

Raditi:

Imenovati proces na neutralan način, kada to služi svesnosti klijenta

npr. „Primećujem da govor o meni budi mnogo uzbuđenja – hajde da pogledamo šta to znači za tebe“

Ne raditi:

Ne deli sopstvene seksualne fantazije

Ne koristi samootkrivanje radi rasterećenja sebe

5. Održi jasne granice kao terapijski čin

Raditi:

Jasne granice nude sigurnost i regulaciju, ne hladnoću

Granica je deo kontakta, ne prekid odnosa

Ne raditi:

Ne „omekšavaj“ granice iz krivice ili straha da ćeš povrediti klijenta

Ne pomeraj okvir terapije (termini, poruke, dodiri)

6. Razlikuj seksualni sadržaj od seksualnog delovanja

Raditi:

Seksualni govor, fantazije i snovi su legitimni terapijski materijal

Delovanje (ponašanje) u seksualnom smeru nikada nije terapijsko

Ne raditi:

Ne dozvoli telesni ili verbalni prelazak granice pod izgovorom „autentičnosti“

7. Radi sa sramom koji prati transfer

Raditi:

Normalizuj pojavu seksualnih osećanja u terapiji

Razdvoji osećanje od ponašanja

Ponudi regulaciju i potvrdu

Ne raditi:

Ne posramljuj klijenta

Ne reaguj povlačenjem ili rigidnošću

8. Uključi superviziju bez odlaganja

Raditi:

Svaki intenzivan seksualni transfer ili kontratransfer nositi u superviziju

Supervizija je obavezna, ne opcionalna

Ne raditi:

Ne pokušavaj „sam/a da izdržiš“ situaciju

Ne krij teme iz straha od osude

9. Prati svoje „slabe tačke“

Raditi:

Budi svestan ličnih tema (npr. potreba za divljenjem, strah od odbacivanja)

Radi sopstvenu terapiju paralelno sa kliničkim radom

Ne raditi:

Ne ulazi u „spasilačku“ ili „posebnu“ relaciju sa klijentom

10. Ako granice postanu ugrožene – interveniši odmah

Raditi:

Imenuj problem, uspori proces, pojačaj okvir

Po potrebi – konsultuj etički odbor ili uputi klijenta dalje

Ne raditi:

Ne odlaži reakciju

Ne relativizuj rizik

Suštinska geštalt pretpostavka

Transfer i kontratransfer nisu prepreke terapiji – oni jesu terapija, ali samo ako se drže u svesnosti, dijalogu i etičkom okviru.

Smernice za geštalt terapeuta u radu sa seksualnošću

1. Zauzmi ne-normativnu i neosuđujuću poziciju

Ne polaziti od pretpostavke „zdravog“ ili „normalnog“ seksualnog funkcionisanja

Istraživati šta je zadovoljavajuće, moguće i smisleno za konkretnu osobu u njenom polju

2. Radi fenomenološki – pre tumačenja

Postavljaj pitanja o doživljaju, ne o objašnjenjima

Istražuj senzacije, emocije, slike, impulse i značenja koja se pojavljuju „ovde i sada“

Izbegavaj preranu interpretaciju seksualnih sadržaja

3. Drži fokus na kontaktu, ne samo na „funkciji“

Ne redukuji temu na erekciju, orgazam, želju ili učestalost odnosa

Istražuj kako klijent ulazi u kontakt, šta ga pojačava, šta ga prekida

4. Koristi telo kao izvor informacije

Prati disanje, napetost, ritam, pokret, glas

Pozivaj klijenta da primeti šta se dešava u telu dok govori o seksualnosti

Ne forsiraj telesni rad – poštuju granice i tempo

5. Mapiraj prekide u ciklusu kontakta

Povezuj seksualne tegobe sa fazama ciklusa iskustva

Istražuj tipične geštalt mehanizme:

introjekcija, projekcija, retrofleksija, defleksija, desenzitizacija

6. Razumi simptom kao kreativnu adaptaciju

Ne „bori se“ protiv simptoma

Istraži šta simptom čuva, od čega štiti i šta omogućava

Poštuj njegovu funkciju pre nego što se pojavi promena

7. Radi sa sramom sporije nego sa strahom

- Sram zahteva posebnu pažnju, regulaciju i potvrdu
- Normalizuj postojanje seksualnih fantazija, ambivalencija i blokada
- Budi svesna/svestan mikro-signala povlačenja ili preplavljenosti

8. Koristi dijalog i odnos kao terapijsko polje

Prati kako se teme želje, granica i bliskosti pojavljuju u terapijskom odnosu
Budi autentičan, ali ne razotkrivaj se radi sopstvenih potreba
Redovno proveravaj kako je klijentu u kontaktu sa tobom

9. Drži jasne etičke i profesionalne granice

Rad sa seksualnošću je verbalno i iskustveno, bez seksualizovanog ponašanja
Nikada ne koristi dodir u seksualnom kontekstu
Jasno razlikuj terapijski kontakt od intimnog odnosa

10. Uvažavaj kulturno i rodno polje

Seksualnost je uvek oblikovana kulturom, religijom, rodom i moći
Ne pretpostavljaj značenja – pitaj
Posebno obrati pažnju na internalizovane zabrane i norme

11. Budi svestan sopstvenih tema i granica

Istraži sopstvene stavove, stid, fantazije i otpore u vezi seksualnosti
Redovno koristi superviziju za rad na seksualnim temama
Ne radi van sopstvenih kompetencija

12. Koristi eksperimente pažljivo i uz saglasnost

Eksperiment treba da proširi svesnost, ne da „testira sposobnost“
Uvek proveriti spremnost i kapacitet klijenta
Eksperiment može biti vrlo suptilan (npr. usporavanje, imenovanje)

13. Ne forsiraj promenu želje ili ponašanja

Cilj nije „povratak želje“ po svaku cenu
Istraži da li je odsustvo želje poruka, zaštita ili izbor
Poštuj ambivalenciju

14. Razlikuj seksualnost od traume

Seksualne teme često uključuju traumatske elemente
Prati znake disocijacije i preplavljenost
Uključi stabilizaciju i resursiranje pre dubljeg rada

15. Oslanjaj se na svesnost kao glavni mehanizam promene

Promena nastaje kroz jasnije opažanje, imenovanje i integraciju iskustva
Povećanje izbora je važnije od „rešenja problema“

Literatura

- Alman, A., Gillespie, J., & Kolmannskog, V. (Eds.). (2023). *Queering Gestalt Therapy: An anthology on gender, sex & relationship diversity in psychotherapy*. Routledge.
- Fuchs, T. (2024). Gestalt theory and sexuality. *Gestalt Theory*, 46(2–3), 225–242. <https://doi.org/10.2478/gth-2024-0017>
- Kincel, A. (2021). *Exploring masculinity, sexuality, and culture in Gestalt therapy: An autoethnography*. Routledge/Taylor & Francis Group.
- Luceri, J. F., Ballotti, S., Defraia, M., Giovagnini, S., Moretto, E., Memè, S., & Pizzimenti, M. (2025). Gestalt psychotherapy approach to premature ejaculation. *Phenomena Journal - International Journal of Psychopathology, Neuroscience and Psychotherapy*, 7(3), 106–116. <https://doi.org/10.32069/PJ.2021.2.252>
- Perls, F., Hefferline, R. F., & Goodman, P. (1951). *Gestalt Therapy: Excitement and growth in the human personality*. Julian Press.
- Stanzione, R., Ballotti, S., Defraia, M., Giovagnini, S., Roti, S., Luceri, J. F., ... Moretto, E. (2023). Sexuality in Gestalt psychotherapy (GT): A scoping review. *Phenomena Journal - International Journal of Psychopathology, Neuroscience and Psychotherapy*, 5(2), 109–123. <https://doi.org/10.32069/PJ.2021.2.210>
- Zinker, J. C. (1978). *Creative process in Gestalt therapy*. Vintage Books.